



## นิตยสาร ธรรมะใกล้ตัว

### ฉบับที่ ๘๗

ประจำวันที่ ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

(<http://www.dharmamag.com>)



## สารบัญ

จากใจ บ.ก. ไกลตัว	๓
ธรรมะจากพระผู้รู้	๑๒
ไดอารี่หมอดู	๑๕
ตั้งตงถวศษษา จบบบเปิดกรุ	๒๐
ยารักษาใจ	๒๒
ธนาการความสุข	๒๕
สัพเพหระธรรม	๒๙
พาเทยวเอยวธรรม	๓๑
นยาย/เรองสั่นองธรรมะ	๔๐
คณะทำงาน	๔๖



## จากใจ บ.ก. ไกลตัว

### ดังตฤณ

---

ตามที่ได้แจ้งไว้ตั้งแต่เมื่อสามฉบับก่อน  
ว่าผมตั้งคำถามไว้ที่ Yahoo! รู้รอบ  
เพื่อให้คุณๆที่สนใจไปให้คำตอบ  
ซึ่งสำหรับคำถามของผมจะไม่เน้นใช้ความรู้  
แล้วก็ไม่มีคำตอบที่ถูกต้องที่สุด  
เพียงอยากให้ทุกท่านแบ่งปันประสบการณ์  
หรือช่วยกันให้คำแนะนำตามมุมมอง  
ว่าถ้าจะตรวจสอบตนเองในสถานการณ์หนึ่งๆ  
ต้องทำอะไรถึงจะรู้ว่าเรากำลังใช้อารมณ์  
หรือว่าใช้เหตุผลนำหน้ากันแน่

#### คำตอบที่ได้มาทั้งหมดอยู่ที่นี้ครับ

ขณะเขียน จากใจ บ.ก. ไกลตัว อยู่นี้  
มีคำตอบอยู่ที่ ๑๐๒

คนเราเอาอารมณ์ชอบชั่งขึ้นหน้า  
แล้วค่อยใช้เหตุผลมาสนับสนุน  
เหตุผลอันเป็นฝักฝ่ายสติปัญญา  
จึงเป็นรองอารมณ์อันเป็นฝักฝ่ายความโง่เขลา  
ความเดือดร้อนวุ่นวายจึงมักมีให้เห็นมากกว่าความสงบสุข

หลักง่ายๆคือถ้ารับใช้อารมณ์ครั้งหนึ่ง  
เราจะค่อยๆเขิบเข้าสู่ความเป็นทาสของอารมณ์ไปก้ำวหนึ่ง  
เช่น พุ่มเถียงกับคนโง่ ทั้งรู้รู้ว่าเขาพูดโง่ๆตามอารมณ์  
ก็คือยอมเข้าไปมีส่วนเป็นคนโง่ทางอารมณ์ เหมือนติดเชื้อโรค  
จะมากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับว่าคุณเสียจิตให้กับความโง่แค่ไหน

ผมจะไม่แกล้งพูดชมคำตอบของพวกคุณ "ดีหมด"  
แต่ขอบอกตามตรงว่าหลังจากอ่านทุกคำตอบแล้ว  
ผมได้คำตอบดี ๆ รวมกัน "ครบทั้งหมด"  
พูดง่าย ๆ คือถ้าใครอ่านคำตอบทั้งหมดเหมือนผม  
ก็จะได้รับคุณค่าจากคำตอบโดยรวม  
ไม่ใช่เอาคำตอบใดคำตอบหนึ่งเป็นหลักยึดโดยเฉพาะ

อย่างไรก็ตาม เป็นหน้าที่ของผมที่จะต้องเลือกคำตอบที่ดีที่สุด  
ในที่นี้ขอชี้แจงว่าจากมุมมองของผม  
คำตอบที่ดีที่สุดไม่มี มีแต่ที่ประทับใจที่สุด  
ทำให้ผมเกิดความรู้สึกชอบใจที่สุด  
ด้วยเกณฑ์ที่ใช้ตัดสินส่วนตัวดังนี้

- ๑) ทำให้ผมรู้สึกว่าเห็นด้วยเต็มที่ หรืออย่างน้อยก็คล้อยตามทันที
- ๒) ยกระดับมุมมองของผมได้ หรือถ้าเปลี่ยนใจผมได้ยิ่งเด็ด
- ๓) ภาษามีพลังสื่อสาร หรืออย่างน้อยต้องมีหนึ่งคำคมโดนใจให้จดจำ

ด้วยเกณฑ์ที่ใช้ตัดสินเป็นการส่วนตัวข้างต้น  
ผม "ชอบ" และ "ประทับใจ" คำตอบของคุณ ksimplify ที่สุด  
โดยคุณ ksimplify กล่าวไว้สั้น ๆ ว่า

อารมณ์ เป็น Wave  
ความรู้สึก เป็น Trend  
เหตุผล เป็น Fundamental

ผมชอบอะไรแบบนี้  
ดูเผิน ๆ เหมือนนี้ไม่ใช่คำตอบ  
แต่กลับทำให้ผมขบคิด แล้วรู้สึกว่ามันนำไปสู่คำตอบ  
เพราะเมื่อ "เห็นภาพ" ตามได้ชัดแล้ว  
ก็พาไปสู่จุดสรุปรวมที่ใช้ตัดสินได้ว่า  
"เรากำลังใช้อารมณ์หรือว่าเหตุผลในการเผชิญหน้ากับสถานการณ์หนึ่ง ๆ"

คำของคุณ ksimplify ที่กระทบใจผม  
(ซึ่งอาจกระทบหรือไม่กระทบใจคนอื่นในแบบเดียวกัน)  
"อารมณ์" เป็นสิ่งที่ขึ้นๆลงๆ โยกไปโยนมาไม่แน่นอน  
ทำนองเดียวกับลมแล้งและแสงแดด  
ยังไปหาแก่นสารอะไรเอาความแน่นอนกับมันไม่ได้  
หมายความว่าถ้าเรากำลังใช้อารมณ์  
ในภายหลังเราอาจเปลี่ยนใจ เปลี่ยนความรู้สึก  
หรือกระทั่งอยากเข้าไปแก้ไขเสียใหม่

สำหรับ "เหตุผล" จะเป็นสิ่งที่แน่นอนกว่านั้น  
เพราะการตัดสินใจหรือการโต้ตอบ  
จะขึ้นอยู่กับพื้นฐานที่หนักแน่น มีองค์ประกอบครบและชัด  
หมายความว่าถ้าเราใช้เหตุผล  
ถึงแม้จะอีกนานเพียงใด ก็ต้องเห็นว่ามันควรเป็นไปอย่างนั้น  
ในเมื่อองค์ประกอบและกลไกของเหตุการณ์ทั้งหมด  
มันฟ้องอยู่ว่าผลที่ควรเกิดขึ้นน่าจะเป็นอย่างไร

และโดยความเป็นมนุษย์  
ไม่ว่าจะใช้อารมณ์อันหยาบหรือประณีต  
เหตุผลที่อ่อนหรือที่ดีที่สุดก็ตาม  
ในที่สุดมันจะรวมลงเป็น "ความรู้สึก"  
ความรู้สึกสุดท้ายก่อนตัดสินใจของคนเรา  
จะเป็นแนวโน้มว่าจะเกิดอะไรขึ้นจากเรา  
มันอยู่ตรงกลางระหว่างอารมณ์กับเหตุผล  
หรือกล่าวได้ว่าอารมณ์และเหตุผลทำงานร่วมกัน  
ได้เป็นความรู้สึกว่าอยากตัดสินใจ หรืออยากทำอะไรนั่นเอง

แม้คำตอบของคุณ ksimplify จะโดนใจผมที่สุด  
แต่ก็ไม่ใช่ว่าคำตอบที่สมบูรณ์  
จำเป็นต้องอาศัยคำตอบของท่านอื่นๆที่เหลือ  
มาช่วยให้เกิดความเข้าใจ  
ซึ่งจาก ๑๐๒ คำตอบทั้งหมด

เราจะตัดสินใจได้ว่ากำลังใช้อารมณ์หรือเหตุผลจาก ๔ ข้อสรุปใหญ่ดังนี้

๑) การคำนึงถึงผลลัพธ์

คุณ Jetboat กล่าวไว้สั้นๆแต่ชัดเจนว่า  
ก่อนทำอะไร ถ้าใช้เหตุผลก็คงค่อยๆคิด  
ค่อยๆนึกแบบตรรกะขั้นบันไดเสียก่อนจะลงมือ  
แต่ถ้าใช้อารมณ์นำหน้า  
ในหัวคงนึกแค่ผลลัพธ์แล้วลงมือทำไปเลย

ส่วนคุณ maytha k กล่าวไว้น่าฟังในความเห็นถัดมาว่า  
เมื่อไหร่ที่เราจะเอาแต่ผลลัพธ์ให้มันเกิดขึ้นอย่างใจ  
พุดง่าย ๆ ว่าจะเอาแต่ใจฉันล่ะ  
แสดงว่าเรากำลังใช้อารมณ์เป็นตัวนำ  
แต่ถ้าเรามองกระบวนการที่ทำให้เกิดผลลัพธ์อย่างมีที่มาที่ไป  
แปลว่าเรากำลังใช้เหตุผลเป็นตัวนำอยู่

สรุปคือถ้าจะเอาผลลัพธ์แบบไม่ต้องตริตรอง  
ว่าจะเอามาอย่างไรให้เหมาะสม  
ก็เรียกว่าใช้อารมณ์ ไม่ใช่ใช้เหตุผล  
ข้อนี้เรายังไม่พูดกันเรื่องผิดเรื่องถูกนะครับ  
บางคนใช้อารมณ์ในการเอาชนะเพื่อปกป้องความยุติธรรม  
ในขณะที่บางคนใช้เหตุผลในการเอาชนะเพื่อเอาเข้าตัวก็ได้

๒) การปล่อยให้อคติ ๔ ครอบงำ

คุณ Manoch P กล่าวไว้ในตอนต้นได้เข้าเป้า คือ  
การทำอะไรโดยมีความรักนำหน้า  
การทำอะไรโดยมีความชังนำหน้า  
การทำอะไรโดยมีความโลภนำหน้า  
การทำอะไรโดยมีความโกรธนำหน้า  
การทำอะไรโดยมีความหลงนำหน้า  
นับว่าเป็นการใช้อารมณ์ทั้งสิ้น

อันนี้ผมนำมาต่อได้ติดกับเรื่องของอคติ ๔  
อคตินี้ะครับ แปลว่า ไม่ควรเดิน ไม่ควรไป ไม่ควรประพฤติ  
ภาษาไทยหมายถึงความลำเอียง ความไม่เที่ยงธรรม ความไม่ยุติธรรม  
พระพุทธเจ้าตรัสถึง "อคติ ๔" โดยฐานะอันไม่พึงถึง  
หรือหนทางไปสู่ความประพฤติที่ผิด  
กล่าวคือลำเอียงเพราะรัก ลำเอียงเพราะเกลียด  
ลำเอียงเพราะเขลาหรือโง่หลงมกมาย  
และลำเอียงเพราะกลัวหรือเพราะเกรงใจ

ถ้ามีความลำเอียง ๔ ประการอยู่แล้วตัดสินใจกระทำการ  
ความวิบัติย่อมเข้ามาถึงตน หรือเข้าสู่สังคมโดยรวม  
ยิ่งเห็นโลกนี้นานขึ้นเท่าไร ผมยิ่งเห็นความจริงนี้มากขึ้นเท่านั้น  
สงครามล้างเผ่าพันธุ์ส่วนใหญ่เกิดขึ้นเพราะความเกลียดอันดำมืด  
หาใช่ด้วยการมีเหตุผลอันสว่างหรือทำให้เกิดความกระจ่างชัด

๓) การมีเป้าหมายที่ชัดเจนว่าเป็นไปเพื่ออะไร  
มีหลายท่านตอบไว้ตรงประเด็นนี้  
แต่คุณ tortuga เรียบเรียงคำไว้ค่อนข้างครบในที่เดียว นั่นคือ  
ถ้าคิดถึงจิตใจหรือประโยชน์ของคนอื่นก่อน  
มักจะเป็นการคิดด้วยเหตุผล  
แต่ถ้าทำเพื่อสนองกิเลสหรือประโยชน์ของตัวเองก่อน  
มักจะเป็นการใช้อารมณ์

อันนี้ชวนให้คิดได้ครอบคลุมไปทุกเรื่องครับ  
อย่างเช่นเวลาเกิดเรื่องให้แบ่งฝักแบ่งฝ่าย  
คนเรามักใช้อารมณ์หรือศรัทธาเป็นตัวตัดสินก่อนว่าจะอยู่ข้างไหน  
เสร็จแล้วจึงจัดเอาเหตุผลมาตามแต่จะนึกได้  
เพื่อประกาศศักดาว่าตนถูก และเหยียบย่ำฝ่ายตรงข้ามว่าผิด  
ไม่ว่าจะเป็นการเมืองหรือศาสนา ล้วนใช้อิทธิพลเดียวกันหมด

๔) อาการทางกายและทางใจ  
หลายท่านกล่าวถึงประสบการณ์ทางกายเฉพาะตน

ซึ่งถ้าอ่านทั่วๆแล้วก็พลอยเกิดแง่มุมมองร่วมกันได้หลากหลาย  
แต่คุณ kusuma ใช้คำได้เห็นภาพเป็นพิเศษ คือ  
สังเกตที่ใจ การใช้อารมณ์นำหน้าเพื่อคิด พูด หรือทำอะไร  
ใจจะมีการเหมือนดับเครื่องชน ไม่รู้เนื้อรู้ตัว ไม่รู้ที่มาที่ไปทั้งสิ้น  
ว่ากำลังทำไปด้วยสาเหตุอะไรและมีจุดประสงค์เพื่ออะไร  
รู้เพียงแต่ว่าใจมีแรงผลักดันให้พุ่งไปทำ และต้องทำให้ตามใจเท่านั้น  
ส่วนการใช้เหตุผลนำ ใจจะมีการตรงกันข้าม  
คือสามารถตอบคำถามกับตัวเองได้อย่างสมเหตุสมผล

เป็นอย่างที่คุณ kusuma ว่าจริงๆครับ  
อาการดับเครื่องชน หรืออยากดับเครื่องชนนั้น  
เป็นกันหมดตอนโลภจัด โกรธจัด หรือหลงผิดจัดๆ  
และไม่ต้องการคำอธิบายใดๆทั้งสิ้น ไม่ว่าโหวตจะสวยหรูขนาดไหน  
ส่วนอาการที่อธิบายตนเองได้นั้น เยือกเย็นพอจะรับฟัง  
แม้ถ้อยคำที่เรียบง่ายที่สุด ตรงกับข้อเท็จจริงและความเหมาะสมที่สุด

นอกจากนั้น ๔ ข้อหลักที่ทุกท่านกล่าวมา  
ผมขอเพิ่มเติมเข้าไปอีกข้อหนึ่ง  
คือ ความเชื่อ หรือ ศรัทธา  
คนเรามีความเชื่อที่ปราศจากเหตุผล  
ตลอดจนความเชื่อที่ประกอบด้วยหลักฐานอยู่ในตัว

หากมีความเชื่อที่ปราศจากเหตุผลอยู่ในตัวมาก  
เราก็มีแนวโน้มที่จะทำอะไรตามอารมณ์เป็นส่วนใหญ่  
แต่หากมีความเชื่อที่ประกอบพร้อมด้วยหลักฐานอยู่ในตัวมาก  
เราก็มีแนวโน้มจะทำอะไรด้วยเหตุผลเป็นประจำ

มนุษย์ที่ยังต้องทำมาหากินครองเรือน  
ควรใช้อารมณ์ได้อย่างมีเหตุผล  
เหมือนเช่นที่ศิลปินต้องเรียนรู้  
ที่จะให้ความแรงของอารมณ์เป็นตัวละเลงสี  
นักดนตรีต้องเรียนรู้ที่จะให้ความฝันเป็นตัวสร้างคำร้องและทำนอง



ถ้าเหตุผลคือการทำงานศิลปะและการดนตรีให้เป็นเลิศ  
ก็ต้องเข้าใจจะเล่นแร่แปรธาตุกับอารมณ์ทุกชนิดเป็นสินค้าใหม่ๆ

ส่วนมนุษย์ที่สละเรือนหวังความหลุดพ้นจากปวงทุกข์  
ต้องมีเหตุผลแบบพระพุทธรเจ้า หรือเยี่ยงเหล่าอริยบุคคลเป็นหลัก  
ไม่ใช่ชีวิตตามอารมณ์ แม้กระทั่งอารมณ์หลงอยากยึดติดในกาย  
ก็ต้องทิ้งให้หมดด้วยการพิจารณาตามจริงว่ากายนี้โสโครก  
ไม่น่ารักน่าเอาเหมือนอย่างที่มีมนุษย์ผู้ยังครองเรือนหลงติดกัน

แต่ละคนมีเหตุผลต่างกัน เพราะเห็นต่างมุมมองกัน  
ถ้าไม่ใช่อารมณ์นำหน้าเสียอย่างเดียว  
ผลของความต่างกันก็คือ  
ต่างฝ่ายต่างเป็นองค์ประกอบของสันติภาพ  
ทว่าถ้าแต่ละคนมีเหตุผลแสนดี  
แล้วใช้อารมณ์ตัดสินว่าฉันเลิศสุด คนอื่นด้อยกว่าหมด  
ผลของความต่างกันก็คือ  
ต่างฝ่ายต่างเป็นองค์ประกอบของสงคราม  
อย่างที่เคยมีมา อย่างที่กำลังเป็นอยู่  
และอย่างที่กำลังจะเป็นไปนั้นเองครับ

ดังตฤณ  
กุมภาพันธ์ ๕๓

---

## เรื่องน่าสนใจประจำฉบับ

สองสิ่งที่ทุกคนสำคัญผิดว่าเป็น "เรา" ก็คือกายและใจ  
จะมีวิธีการภาวนาอย่างไร ที่ทำให้เห็นว่าสองสิ่งนี้ "ไม่ใช่เรา" ได้  
พบคำตอบได้ใน "ธรรมะจากพระผู้รู้" ฉบับนี้ค่ะ \_/\\_

คอลัมน์ "พาเที่ยวเอี่ยวธรรม" ฉบับนี้

"คุณดาวชล" จะพาทุกท่านไปผจญภัยกับสัตว์โลกล้านปี อย่างไดโนเสาร์กันค่ะ  
แม้พวกเขาจะจากไปนานแล้ว  
แต่ก็ได้ฝากธรรมชาติไว้ให้เราได้เห็นกันอยู่จนถึงทุกวันนี้  
ธรรมชาติที่นั่นคืออะไร เชิญค้นหากันได้  
ในตอน "ตะลอนกาฬสินธุ์ ถิ่นไดโนเสาร์" ค่ะ ... ^o^/

ความซื่อสัตย์ นับเป็นคุณธรรมพื้นฐานสำหรับงานในทุกสาขาอาชีพ  
จะเกิดอะไรขึ้น หากในโลกนี้มีผลไม้ที่ทดสอบความซื่อสัตย์ของมนุษย์ได้?  
คอลัมน์ "ยารักษาใจ" ฉบับนี้ อ่านเรื่องน่ารักแฝงวาทะน่าคิดจาก "คุณวิลาศินี" อีกเช่นเคย  
ในตอน "ผลไม้ของความซื่อสัตย์" ค่ะ (^\_^)

เหตุการณ์ร้ายๆ ที่เกิดขึ้นกับชีวิต อาจเป็นเรื่องไม่น่าปรารถนาสำหรับคนทั่วไป  
แต่หากมองในมุมกลับ หลายครั้ง ชีวิตก็ได้เรียนรู้มากมายจากเหตุการณ์ร้ายเหล่านี้  
เช่นเดียวกับที่คุณ "คุณสิริธร" ได้เรียนรู้ค่ะ ^\_^  
เรื่องราวของเธอจะเป็นอย่างไร ติดตามได้ที่คอลัมน์ "สัพเพเหระธรรม"  
ในตอน "สิ่งที่ฉันเพิ่งรู้" ค่ะ

## ข่าวสารและกิจกรรมที่น่าสนใจ

- มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ร่วมกับชมรมกัลยาณธรรม  
ขอเชิญผู้สนใจ เข้าร่วมฟังการบรรยายธรรม  
เนื่องในงานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน ครั้งที่ ๑๖  
เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
ผู้สนใจกรุณาแจ้งขอลงทะเบียนล่วงหน้า ภายในวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์นี้  
ตรวจสอบวิธีการลงทะเบียนและดูกำหนดการบรรยายได้ที่นี้ค่ะ

[http://www.kanlayanatam.com/index\\_.htm](http://www.kanlayanatam.com/index_.htm)

- สภากาชาดไทย เชิญชวนคนไทยร่วมทำความดีบริจาคโลหิต  
ในโครงการ ประชาชนชาวไทย ทำความดีบริจาคโลหิตถวายพ่อของแผ่นดิน เถลิงพระเกียรติ  
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
เนื่องในโอกาสเฉลิมพระชนมพรรษา ๘๔ พรรษา ตั้งแต่ปี ๒๕๕๓-๒๕๕๔  
รณรงค์ให้ประชาชนบริจาคโลหิตเป็นประจำทุก ๓ เดือน  
ซึ่งจะทำให้มีปริมาณโลหิตที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และเพียงพอต่อความต้องการของผู้ป่วยทั่วประเทศ ^\_^  
ผู้สนใจ สามารถอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ  
[http://www.redcross.or.th/pr/pr\\_news.php?db=1&nsid=4928](http://www.redcross.or.th/pr/pr_news.php?db=1&nsid=4928)

-----



## ธรรมะจากพระผู้รู้

สันตินันท์ (พระปราโมทย์ ปาโมชฺโช ในปัจจุบัน)

---

ถาม - กาวนาอย่างไรจึงจะเห็นว่ากายไม่ใช่เราได้คะ

เรามาหัดกาวนา มาดูของจริงนะ ดูลงในกาย ดูลงในใจ  
กายกับใจเป็นสิ่งที่เราเห็นว่าเป็นตัวเรามากที่สุด  
เรารักที่สุดคือกายกับใจนี้ มากาวนาก็มาดูลงที่กายที่ใจ แล้วจะเห็นเลย  
ทุกอย่างที่ปรากฏขึ้นที่กายที่ใจนี้เป็นของชั่วคราวทั้งหมดเลย  
อย่างร่างกายมันไม่แข็งแรงตลอดเวลา เดี่ยวมันก็เจ็บป่วย  
เจ็บป่วยนี้มันมีอยู่ตลอดเวลา เพียงแต่เราไม่รู้สึกละ  
อย่างเรานั่งนานๆ มันก็เมื่อยนะ มันก็ป่วยเหมือนกัน  
มันก็เจ็บมันก็ป่วย มันทรมาณ นั่งมากๆ ก็ทุกข์ ยืนมากๆ ก็ทุกข์  
เดินมากก็ทุกข์ นอนมากๆ ก็ทุกข์ นอนมากก็ทุกข์นะ  
หลวงพ่อกเคยเห็นคนเป็นอัมพาต นอนแล้วกระดิกตัวไม่ได้  
อู๊อู๊ ทุกข์มากเลย เป็นแผลกดทับไปเลย บางทีติดเชื้อมาตายไปง่ายๆ เลย  
จะนั่นจริงๆ แล้วร่างกายเนี่ย ความจริงของเขาก็คือ  
เขามีแต่ความทุกข์บีบคั้นตลอดเวลา  
ร่างกายนี้แหละ คล้ายๆ กับคนวิ่งหนีหมาล่าเนื้อนะ  
ความทุกข์เหมือนหมาล่าเนื้อ วิ่งไล่กัดตลอดเวลาเลย  
ตอนมีเรี่ยวมีแรงเราก็วิ่งหนีห่างออกได้นะ ก็รู้สึกค่อยยังชั่วหน่อย  
แป๊ปปเดี๋ยวมันตามมาอีกละ  
เพราะฉะนั้น ความทุกข์มันตามบดขยี้ร่างกายนี้อยู่ตลอดเวลา  
ถ้าเรากาวนาไปเกิดความรู้สึกอยู่ที่กาย เราก็จะเห็นความจริงเลย  
ร่างกายนี้เต็มไปด้วยความทุกข์ นั่งอยู่ก็ทุกข์ เดินก็ทุกข์ นอนก็ทุกข์  
จะทำอะไรอะไรก็ทุกข์ไปหมดเลย หายใจออกหายใจเข้าก็ทุกข์  
ใครว่าไม่ทุกข์นะ หายใจเข้าไปเรื่อยๆ ทุกข์เองละ  
หายใจออกไปเรื่อยๆ เดี่ยวก็ทุกข์เองละ  
ที่มันไม่ทุกข์เพราะมีการเปลี่ยนแปลง เปลี่ยนอิริยาบถไป  
เช่นนั้นนานๆ แล้วเมื่อยก็ขยับตัว ก็เปลี่ยนอิริยาบถกับดับความทุกข์ชั่วคราว  
หายใจออกแล้วเปลี่ยนไปมาหายใจเข้า มันก็ปิดบังไม่ให้เราเห็นความทุกข์  
ความจริงแล้วมันทุกข์อยู่ตลอดเวลาเลย

ถ้าเราหัดภาวนานะ ตามรู้อยู่ที่กายมากเข้าๆ  
ถึงจุดหนึ่งมันจะเห็นเลย ร่างกายมันทุกข์ล้นๆ น่าเบื่อ  
จะทิ้งมันก็ไม่ได้ละ จะไปไหนก็ต้องพามันไปด้วย หนีมันไม่ได้  
คล้ายๆ เรานอนกอดความทุกข์อยู่ตลอดเวลา นอนกอดภาระอยู่ตลอดเวลา  
พอใจมันเห็นความจริงตรงนี้ มันจะค่อยๆ คลายความรักในกายลง  
มันจะเริ่มเห็นแล้วว่าร่างกายนี้มันไม่ใช่ตัวเราที่แท้จริงหรอก  
เป็นแค่วัตถุ เป็นก้อนธาตุ มีธาตุไหลเข้า มีธาตุไหลออกอยู่ตลอดเวลา  
เช่น หายใจเข้าแล้วก็หายใจออก หายใจออกแล้วก็หายใจเข้า  
กินอาหารแล้วก็ขับถ่ายอะไร  
เป็นแค่ก้อนธาตุแล้วก็หมุนไปเรื่อยๆ แล้วก็ความทุกข์ก็ตามบีบคั้นไปเรื่อยๆ  
เนี่ยพอใจมันเห็นความจริงในกายมากเข้าๆ นะ ความรักในกายก็ลดลง  
เบื้องต้นก็เห็นก่อน ร่างกายไม่ใช่เรา  
ภาวนาไม่นานหรอกก็จะเห็นว่าร่างกายไม่ใช่เรา

### ถาม - การถอดถอนความเห็นผิดว่าจิตเป็นเรา ต้องปฏิบัติอย่างไรคะ

เราจะรู้สึกว่าในร่างกายมีเราอยู่คนหนึ่ง  
เราคนนี้ได้ยวนี้ กับเราคนนี่ตอนเด็กๆ ก็เป็นเราคนเดิม  
วิธีที่จะถอดถอนความเห็นผิดว่าจิตเป็นเรานะ ต้องตามดูจิตไป  
คอยรู้ความเปลี่ยนแปลงของจิต  
เราจะเห็นว่าเดี๋ยวจิตก็สุข เดี่ยวจิตก็ทุกข์ เดี่ยวก็เฉยๆ นะ  
มันสุขก็อยู่ชั่วคราว มันทุกข์ก็ชั่วคราว เฉยๆ ก็ชั่วคราว  
มันหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา มันไม่คงที่ มันไม่เที่ยง  
จิตเดี๋ยวเป็นกุศล เดี่ยวก็เป็นอกุศลนะ  
เดี๋ยวก็โลภขึ้นมา พอมีสติรู้ทัน ความโลภก็ดับไป  
เดี๋ยวโกรธมา มีสติรู้ทัน ความโกรธก็ดับไป  
เดี๋ยวหลงไป มีสติรู้ทัน ก็รู้สึกตัวขึ้นมา ความหลงก็ดับไป  
ความฟุ้งซ่านเกิดขึ้นมา มีสติรู้ทัน ความฟุ้งซ่านก็หายไป  
จิตใจหดหู่ มีสติรู้ทัน ความหดหู่ก็หายไป  
มันจะเห็นแต่ว่าจิตใจนี้มันไม่เที่ยง เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา  
ถ้าเมื่อไรเกิดความอยากขึ้นในจิต จิตจะถูกบีบคั้น จิตก็มีความทุกข์

นี่ความอยากมันเกิดทั้งวัน ถ้าเราหัดเจริญสติให้ดี รู้ทันจิตใจให้ดี  
เราจะเห็นว่าจิตเรามีความอยากเกิดขึ้นตลอดเวลาเลย  
เดี๋ยวอยากโน้น อยากนี้ อยากโน้น อยากนี้  
เช่น อยากดู อยากฟัง อยากได้กลิ่น อยากได้รส  
อยากกระทบสัมผัสที่ดีๆ อยากหนีการกระทบสัมผัสที่ไม่ดี  
อยากคิดเรื่องดีๆ อยากให้จิตสนุกสนาน อยากให้มีความสุข  
อยากจะทำให้ความทุกข์หายไป สารพัดที่จะอยาก  
ทุกคราวที่ความอยากเกิดขึ้นที่จิตนะ จิตจะถูกบีบเค้น จิตจะถูกเค้น  
จิตจะมีความทุกข์ขึ้นมา มีการบีบคั้นขึ้นมา  
พวกเราหัดดูไปก็จะเห็น จิตมีแต่ทุกข์ล้วนๆ เลย  
เฝ้าดูไป ดูไป ดูไป เห็นอีก จิตเองก็เป็นอนัตตานะ มันทำงานของมันตัวเอง  
มันสุขก็สุขของมัน มันทุกข์ก็ทุกข์ของมัน เราสั่งมันไม่ได้  
สั่งให้สุขอย่างเดียวไม่ได้ ห้ามทุกข์ไม่ได้  
สั่งให้ดีอย่างเดียวไม่ได้ ห้ามชั่วไม่ได้  
มีแต่เรื่องบังคับไม่ได้ มีแต่เรื่องห้ามไม่ได้ ไม่อยู่ในอำนาจบังคับ เรียกว่าอนัตตา  
การที่เราเฝ้าสติดูไป ดูการเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา  
จิตใจมีความทุกข์บีบคั้นอยู่ตลอดเวลา  
จิตใจมันทำงานของมันนะ ไม่ใช่เรา มันทำงานตัวเอง  
ดูไป ดูไป ไม่มีตัวเรา ในจิตนี้อีก ภาวนาไป เห็นจิตก็ไม่ใช่เรา  
กายก็ไม่ใช่เรา จิตก็ไม่ใช่เรา ไม่มีตัวเราอื่นๆ ที่ไหนเลย  
สิ่งที่เรารู้สึกว่าเป็นตัวเรา ก็อยู่ที่กายที่ใจ  
ไม่ได้ไปอยู่ที่พื้นหรืออากาศ ไม่ได้อยู่ที่อากาศ ที่ภูเขา ที่ต้นไม้  
มันอยู่ที่กายที่ใจ นั่นถ้าเมื่อไรเห็นว่า กายไม่ใช่เรา ใจไม่ใช่เรา  
ก็จะไม่เห็นว่ามียะไรเป็นเราอีกละ



## ไดอารี่หมอดู

หมอฟีร์

กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

สวัสดีค่ะทุกคนที่อ่านไดอารี่หมอดู เป็นยังไงบ้างคะ ต้นปีมานี้มีเรื่องมากกระทบใจให้เกิดทุกข์เยอะจังเลยคะ ดีนะที่ได้ฝึกวิปัสสนามา ทุกข์มีไว้รู้ทัน ทุกข์มีไว้ผลักดันว่าอย่าชี้เกียจ ขยันภาวนาไว้นะ โลกมีแต่สิ่งไม่คาดไม่ฝันเกิดขึ้นเสมอ โลกมีแต่เรื่องที่ไม่ถูกใจเราตลอดเวลา หลังจากมีเรื่องทุกข์ ๆ สติค่อนข้างตื่นออกจากการติดสุขติดความสบาย กลายเป็นความขยันเพราะกลัวว่าตัวเองจะมีดบาดไปเสียก่อนคะ

เมื่อวานไปทานข้าวกับที่บ้านมา ระหว่างทางขับรถไปเจอคนขับรถปาดหน้า ก็ไม่ถูกใจ พอไปร้านอาหารริมทะเลคาดหวังไว้ว่าจะเจอร้านอร่อย ๆ พนักงานเสิร์ฟบริการดีบ้างไม่ดีบ้างก็ไม่ใช่ไร แต่พอไปถึงร้านริมทะเลเลือกว่าจะเอาร้านไหนดีที่กับข้าวพอจะอร่อย วัดดวงแล้วกัน เดินเข้าไปในร้านนั่งรอพักหนึ่ง พนักงานเดินมาถามว่าจะสั่งอะไรดี สั่งไปมีแกงส้ม ทอดมันไข่เค็ม ผัดกะเพราทะเล คิดว่าสามอย่างก่อน เดี่ยวเผื่อว่าไม่อร่อยจะได้ไม่ต้องสั่งเยอะ พนักงานเสิร์ฟมองหน้าเหมือนไม่พอใจในการสั่งเท่าไร เริ่มมีคำพูดกวน ๆ ใจเริ่มขัดใจหงุดหงิดขึ้นมา พอกับข้าวมาถึงไม่อยากจะบอกเลยคะ ผัดเองที่บ้านอร่อยกว่านี้อีก แกงส้มก็ไม่ได้เรื่องเลยกินเข้าไปได้ไม่กี่คำไม่อร่อยเลย สั่งข้าวไว้ก็ไม่มาเสิร์ฟ รอนานมาก ๆ กับข้าวจะหมดแล้ว คิดกันว่าสงสัยจะไปทำนาอยู่ ในวงสนทนาเริ่มพูดกันว่า รู้สิว่าวันนี้มีแต่เรื่องที่ทำให้จิตใจตลอดเลย สติของพวกเราตื่นแวบหนึ่ง เห็นขึ้นมาว่าโลกเรานี้มันมีแต่เรื่องจิตใจตลอดเวลาจริง ๆ เลย ไม่มีใครทำให้ได้ตั้งใจเท่าไร รับประทานกันเสร็จเรียกเชคบิล รอประมาณครึ่งชั่วโมงยังไม่มาอีก พนักงานมีน้อยเลยลืมนำไปต้องไปตามถึงแคชเชียร์ ดินะที่ไม่หลุดทางวจีกรรมเปลือยออกไป ถ้าเป็นเมื่อก่อนคงพลัดไปกันเยอะเลยคะ เดี่ยวนี้รู้ทันที่ใจทำให้สำรวจทางกายวาจาไปมาก บาปทางกายก็เลยน้อยลง สรุปรวันนั้นทั้งวันจิตใจตลอดคะ

ลืมนอบกบฏคะ สำหรับอาทิตย์ที่ผ่านมาไปเที่ยวระยองกับที่บ้าน เลยแวะสวนสันติธรรมกันก่อน และก็ติดสังฆทานไปทำบุญวัดที่ผ่านข้างทาง พร้อมถวายหนังสือที่เหลืออยู่คะ เอาบุญมาฝากให้ทุกคนอนุโมทนาคะ

อาทิตย์นี้มีเรื่องราวที่น่าประทับใจเยอะมากเลยคะ คือว่ามีคนกลับมาดูดวงซ้ำ คราวนี้เป็นปลื้มที่สุดคือมีคนเปลี่ยนชีวิตตัวเองได้หลายคนมาก ๆ อันดับแรกจะเห็นเลยว่า ทุกคนที่เปลี่ยนแปลงตนเอง หน้าตาจะสวยหล่อขึ้นชัดเจนก่อนเลย ความจริงจิตใจเปลี่ยนไปก่อนเลยทำให้หน้าตาเปลี่ยนไป บางคนเปลี่ยนทั้งหน้าและจิต จำไม่ได้เลย คนแก่ตายไปแล้ว ไม่รู้จะเริ่มเล่าเรื่องคนไหนก่อนดี เอาคนที่ประทับใจที่สุดก่อนเลยดีกว่า

คะ เพราะขนาดพีร์ถึงขั้นทิ้งตะลึงงันก็ว่าได้ ขอตั้งเรื่องตามหนังสือกรรมพยากรณ์ของคุณดังตฤณ “ตอนชนะกรรม” ซึ่งเรื่องนี้มีความละเอียดคล้ายคลึงกันนิดหนึ่งคะ ส่วนที่แตกต่างก็คือพี่เขาเป็นผู้ชายแค่นั้นเอง

ตอนแรกพี่เขาเดินเข้าไปในห้องเป็นคิวสุดท้ายนั่งลงตรงหน้า พีร์ก็งุนงง ๗ พร้อมกับคิดว่าเหมือนจะเคยเจอกันมาแล้ว แต่หน้าไม่คุ้นเลย พอพี่เขาพูดออกมาก็จำได้ ตอนนั้นที่จำได้แล้วนะ พีร์ตกใจมากเลยนะคะ เพราะอะไรรู้ไหมคะ เมื่อสองปีที่แล้วพี่เขาไม่เป็นแบบนี้เลย เพราะว่าพี่เขามีโหงวเฮ้งหน้าตาจะเหมือนผู้หญิง เสียงเหมือนผู้หญิง จิตชอบเพศเดียวกัน นิสัยใจคอจะค่อนข้างไปทางผู้หญิงมาก ๗ จิตใจจะโลเลไปมา พูดเยอะ ในทางฟุ้งซ่าน พูดออกมาจะติดทำทางผู้หญิงเยอะ มีลักษณะจิตที่ถูกตัดออกมาตามจิตมีอาการจิบปากจิบ คอหดห้อย หงุดหงิดง่าย เหงาเศร้าว่าเหว จิตจะมีลักษณะอยู่คนเดียวไม่ค่อยได้ ชีวิตต้องมีเพื่อน มีชีวิตไปเรื่อย ๆ เหมือนไม่ค่อยมีเป้าหมาย คาดหวังในรักแท้

สิ่งที่พีร์ตกใจคือ หน้าหน้าตาพี่เขาที่เหมือนผู้หญิงตอนนี้กลายเป็นผู้ชายเต็มตัวไปแล้ว มีลักษณะอ้วนขึ้นกว่าเดิมแต่ไม่ได้หมายถึงเป็นคนอ้วน โหงวเฮ้งปรับในลักษณะทำให้หน้าตามีบาร์มีในการเป็นหัวหน้า ผิวขาวผ่องใสดูดี ไม่หลงเหลือภาพลักษณ์เดิมเลย อึ้งมาก พีร์พูดไปชมพี่เค้าไปว่าไม่น่าเชื่อว่าพี่จะเปลี่ยนไปได้ขนาดนี้ บอกเขาอีกว่า รู้ไหมคะว่าทำไมถึงเป็นแบบนี้ มันเป็นเพราะจิตใจพี่เปลี่ยนไปหมดเลย

ผลของมันเลยโชว์มาที่ใบหน้าให้เห็น จิตใจจากโลเล กลายเป็นหนักแน่นชัดเจนไม่โลเลแบบเดิมเลย มีความเป็นผู้ชายมาก เพราะผู้ชายมีโครงสร้างทางจิตใจที่เป็นเหตุและผล ผู้หญิงจะมีโครงสร้างทางจิตใจที่เต็มไปด้วยอารมณ์น่าหน้า พี่เค้าไม่ค่อยมีลักษณะการพูดที่ฟุ้งหรือเพ้อเจ้อแบบเดิม น้ำเสียงเป็นผู้ชาย เพราะใจเป็นชาย เสียงที่เปล่งออกมาจากการมีสติไม่ติดความเป็นผู้หญิงออกมา กลับสู่ความเป็นธรรมชาติมาก ๗ โดยไม่มีความทุกข์ใจที่เป็นแบบนี้ ทางร่างกายไม่มีจิตทางผู้หญิงหลุดมา จิตใจยังมีความสุขจากตัวเอง ชัดเจน มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตนได้ดี จิตใจไม่ติดเพื่อนแบบเก่า ประมาณว่าถ้าไม่เพื่อนฉันอยู่ไม่ได้ นอกจากนั้นความสุขใจที่พี่เขามีตอนนี้ พร้อมที่จะมีเสน่ห์กับผู้หญิง แถมยังมีแรงดึงดูดผู้หญิงเข้ามา และจิตใจพี่เขาตอนนี้ไม่ได้รักเพศเดียวกันแล้ว เขาสามารถรักผู้หญิงได้ ตายแล้วพีร์อึ้งมาก มหัศจรรย์แห่งธรรมะ เปลี่ยนมนุษย์กันให้เห็น ๗ คะ พี่เขายอมรับว่าใจตอนนี้ชอบผู้หญิงแล้วไม่ได้รักเพศเดียวกันเหมือนเมื่อก่อน และตอนนี้กำลังคบหาသူใจผู้หญิงคนหนึ่ง อาจจะมีแผนแต่งงานเร็ว ๆ นี้ พี่ขอตัววันเดือนปีเกิดของพี่ผู้หญิง ซึ่งก็เหมาะสมกันเหมือนกัน ตรงที่ว่าพี่ผู้หญิงมีใจเข้าหาธรรมะเหมือนกัน

ถามพี่เขาว่าไปทำอะไรมาถึงเปลี่ยนได้เยอะขนาดนี้ พี่เขาบอกพีร์ว่า เพราะชีวิตี่ผ่านเดียวที่ไปไป ๗ พีร์นึกขึ้นได้ว่าเคยให้ชีวิตี่หลวงพ่อบราโมทย์กับพี่เขาไปหนึ่งแผ่น หลังจากนั้นพี่เขาก็หาดาวนโหลดเพิ่มจากเว็บไซต์ พี่เขาบอกว่าฟังมาตลอด มีตั้งแต่แผ่นที่หนึ่งยันสามสิบเลย และเขายังบอกอีกว่าเมื่อก่อนคิดว่าปฏิบัติธรรมต้องสวดมนต์ทุกวัน ต้องนั่งสมาธิทุกวันถึงจะมีสิทธิ์ก้าวหน้าทางธรรม แต่พอมาฟังธรรมของท่านไปเรื่อย ๆ จิตใจมีสติระหว่างวัน รู้ตัวได้อย่างต่อเนื่อง ยิ่งฟังและปฏิบัติตามยิ่งทำให้เปลี่ยนนิสัยไปหมดเลย หลังจากนั้น



จิตใจจะชอบนั่งสมาธิ หรือสวดมนต์ได้โดยไม่รู้สึกทรมานเหมือนเมื่อก่อน สติพี่เขาตื่นมาก ๆ ค่ะ รู้ตัวได้ดี  
มากทีเดียว

ธรรมชาติของกรรมช้อกามาเมื่อผิดมาก ๆ จะส่งผลให้จิตใจรักเพศเดียวกัน พอรักเพศเดียวกันแล้วตอนแรก  
บางคนอาจจะเป็นลักษณะที่หญิงก็ได้ชายก็ดี พอหนักขึ้นกว่านั้นจะไม่สามารถรักเพศตรงข้ามได้เลย พอ  
บอกว่าจะมีแฟนเป็นเพศตรงข้ามจะทุกข์ใจมาก ๆ และกลัวที่จะรักเพศตรงข้าม อันนี้ไม่แปลกค่ะ มันเป็น  
แบบนี้เองเป็นธรรมดา แต่ถ้าวันหนึ่งภาวนาเข้าถึงแก่นได้จริง ๆ จิตคุณจะคืนกลับสู่ธรรมชาติเดิมแท้เอง  
สุดท้ายไม่มีผู้หญิงไม่มีผู้ชาย

พี่รสังเกตุลักษณะการหลุดออกจากการรักเพศเดียวกันของพี่เขาคือ สติเขาค่อนข้างไว้ในการใช้ตัวค่ะ เช่น พอ  
เขาจะบ่น เขาเห็นความอยากจะบ่น เขาก็ไม่บ่นออกไป และเมื่อมีอาการอยากจะพูดออกไป จะเห็นสัญญา  
ของการคิดว่าตัวเองเป็นผู้หญิงผุดขึ้นมา แต่ไม่ทำตาม เช่นต้องพูดออกมาให้เป็นเสียงผู้หญิงตาม พี่เขาคง  
ไปเห็นมันพอดีว่าจิตมันสร้างภาพลักษณ์ของตัวเองขึ้นมา ทำให้ไม่ได้ทำตามแบบเดิม เกิดเสียงพูดที่เป็น  
ผู้ชายผุดขึ้นมาแทนที่ พี่รอาจจะอธิบายออกมาได้ไม่ดีเท่าไรนะคะ ไม่รู้จะพูดแบบไหนดี รู้แต่ว่าเจอคนที่  
รักเพศเดียวกันค่อนข้างเยอะ บางคนลักษณะเหมือนผู้ชายหมดเลยนะ แต่จิตมันไม่ใช่เลยเห็นกันได้ง่าย ๆ  
เลย มีบางบ้านถ้าไม่ยากให้ที่บ้านรู้ห้ามมาคุยด้วยกันนะคะ เพราะบางคนความลับอาจจะแตกได้ค่ะ หรือบาง  
คนที่มีลักษณะกำลังสับสนว่าจะรักผู้หญิงหรือรักผู้ชายดี มันก็โง่มาให้เห็นกันนะคะ

เคยบอกกับรุ่นพี่ทางธรรมคนหนึ่งที่เขารักเพศเดียวกันเหมือนกัน ประมาณว่า เห็นไหมจิตที่คิดว่าตัวเองรัก  
ผู้ชายมันเป็นแค่สัญญา เดียวถ้าวันไหนพี่ภาวนารู้ทันสัญญาทำงานได้ วันนั้นพี่ก็จะกลับมาเป็นปกติ เพราะ  
เคยสัมผัสกับคำว่าสัญญามากกับตัวเองเลย ทำให้เข้าใจระดับหนึ่ง เหมือนกับคำพูดที่ว่า ตัวเราเมื่อวานมันคือ  
อดีต ส่วนตัวตนของเราวันนี้เป็นคนละคนกัน ไม่ใช่คนเดียวกัน ตอนแรกที่เริ่มภาวนาจะงงกับคำพูดนี้มากค่ะ  
ไม่เคยเข้าใจสักที

พอวันหนึ่งไปเห็นความจริงเข้าว่าเรื่องราวในอดีต ที่ผ่านไปเมื่อวาน เวลาที่ต้องนึกถึงขึ้นมามันจะอาศัยการรู้  
ผ่านสัญญา และสัญญาจะทำงานโดยการย้อนเอาข้อมูลเก่าขึ้นมา คำว่าสัญญาแปลว่าความจำได้หมายความว่า  
เมื่อก่อนไม่เข้าใจเหมือนกัน วันนั้นเลยถึงบางอ้อขึ้นมาว่ามันเป็นแบบนี้เอง จำได้สนิทใจเลยว่าวันนั้นกำลัง  
นั่งสมาธิอยู่ จิตเกิดการระลึกถึงเรื่องของตัวเราในวันก่อนขึ้นมา ตอนนั้นจิตถอยกลับไปนึกถึงกลับไม่พบกับ  
ตัวตนอะไรเลย เจอแต่ความว่าง ไม่มีอะไรเลย จิตตกใจสะดุ้งแรงมาก คิดทวนไป ไม่มีตัวเราเลยหรือ ทำไม  
ไม่มีใครเลยละ (ไม่ได้มีความหมายถึงบรรลุธรรมนะแค่ไปเห็นขณะเดียวว่าไม่มีใครในอดีต) ใจตอนนั้น  
ตกใจค้างอยู่นิด ๆ คิดขึ้นมาว่า เฮ้ยตัวเราเมื่อวานมันหายไปไหน

เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เห็นว่า ตัวตนปัจจุบันที่เราคิดว่าเราเป็นแบบนั้นแบบนี้ ถูกสร้างขึ้นมาจากจิตเรานี้แหละ อาศัยสัญญาเดิมที่จำได้ว่าเคยเป็นแบบนั้นเคยเป็นแบบนี้ สร้างตัวตนใหม่ขึ้นมาตลอด เช่นตัวเราวันนี้ต้องเป็นคนเดิมเหมือนเมื่อก่อน ไม่มีสิทธิ์เปลี่ยนไปจากเดิม ซึ่งจิตมันสร้างขึ้นมา หรืออย่างเช่นคิดว่าเราเคยรักผู้หญิง เราเคยรักผู้หญิง พຼຽນนี้เตี๊นมาเจอผู้ชายหล่อ ๆ เธอต้องห้ามรักเพราะเธอรักผู้หญิงไม่ใช่รักผู้ชาย

ก่อนหน้าพี่ผู้ชายคนนี้ก็มิผู้หญิงคนหนึ่งที่เคยเป็นทอม พอมาราวนาในลักษณะเดียวกันกับพี่ผู้ชายคนนี้ ใจเขาหายจากการรักเพศเดียวกันเยอะมาก อีกนิดเดียวจะเป็นปกติแล้ว และหน้าตาหงว้างถูกปรับเหมือนกัน สวยขึ้นทุกวัน จิตใจเริ่มกลับมาชอบ ๆ ผู้ชายได้แล้ว สัญญาทำงานก็จำได้ว่าลักษณะว่าผู้หญิงเป็นแบบนั้นแบบนี้จะคอยทำตาม

เรื่องราวของพี่เขาเป็นสิ่งที่บอกได้ว่ากรรมสามารถชนะได้จากการกระทำจริง ๆ นึกถึงพี่เขาทำให้หมอกอม่ใจจริง ๆ ค่ะว่าเปลี่ยนได้ขนาดนี้ วันนั้นใจปีติตามตลอด ชีวิตยังทำดีถูกทาง ยิ่งวิ้งหนีวิปากได้ไว การทำทานเปรียบเสมือนขี่มอเตอร์ไซด์ ถือศีลห้าเปรียบเหมือนขี่รถเก๋ง ภาวนาเปรียบเหมือนขี่เครื่องบิน เริ่มต้นขี่มอเตอร์ไซด์ก่อน หลังจากนั้นขยับขึ้นมามีรถเก๋ง บางคนเคยทั้งขี่มอเตอร์ไซด์และขี่รถเก๋งมาแล้ว ชาตินี้เกิดมาเลยเจอเครื่องบินเกิดความฉลาดขึ้นมามีวาทะโวอย่างอื่นเลยถึงเร็วกว่าหน่อย ดังนั้นชาตินี้เกิดมาเจอศาสนาพุทธแล้ว เปรียบเสมือนเจอเครื่องบินแล้วไม่ขึ้นก็ไม่วางใจว่าจะยังไถ่แล้วนะคะ

\*\*\*\*\*

รายการวิทยุออนไลน์ "คุยแคะแกระกรรมกับหมอผีร์"

ขอเชิญชวนคุณผู้อ่าน แวะไปร่วมฟังหมอผีร์พูดคุยและคุยแคะแกระกรรม

ในบรรยากาศสบาย ๆ กับตอนใหม่ล่าสุดกันได้ทุกสองสัปดาห์

ที่ [www.goodfamilychannel.com](http://www.goodfamilychannel.com) นะคะ

สำหรับฉบับนี้ ของดก่อนนะคะพบกันใหม่ฉบับหน้าคะ

ท่านที่สนใจพูดคุยกับหมอผีร์ในรายการ

ส่งคำถามมาได้ที [diarymordo@hotmail.com](mailto:diarymordo@hotmail.com) นะคะ

หรือติดต่อดูดวงกับหมอผีร์ได้ที่

[mor-phee@hotmail.com](mailto:mor-phee@hotmail.com)

๐๘๗-๙๓๔-๗๘๗๑ และ ๐๘๖-๓๐๔-๑๙๒๔

๓๗๙๘/๘๓ หมู่บ้านสรานนท์ ซอยลาดพร้าว ๑๐๑

ถ.ลาดพร้าว แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ  
กรุงเทพมหานคร



## ดั่งตถุณวิสัชนา ฉบับเปิดกรู

---

ถาม - เคยมีพระท่านบอกไว้ว่าทำบุญหรือทานกับพระท่าน แล้วให้อริชฐานว่า "นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ" ไม่ทราบว่าจะควรหรือไม่อย่างไรครับ?

ที่โบราณจารย์ท่านให้อริชฐานว่าสังฆทานนี้  
จงเป็นพลวปัจจัยแก่การเข้าถึงนิพพาน  
ไม่มีอะไรผิดพลาดแน่นอนครับ  
และหากกำหนดจิตอริชฐานจริง ก็ต้องได้ผลแน่...แต่อาจช้าหน่อย

โดยปกติจิตสังสารสัตว์จะสร้างภพขึ้นมาด้วยความคิดเสมอ  
แม้อริชฐานขอไปให้ถึงนิพพานก็เหมือนกัน  
นิพพานในจิตที่ถูกห่อหุ้มด้วยอวิชชา  
ยังใญ่ก็ยังคงเป็นภพหนึ่งที่จิตสร้างขึ้นมาด้วยความไม่รู้  
แค่บอกว่า "ขอให้ได้ถึง..." จะตามหลังมาด้วยอะไรก็แล้วแต่  
ล้วนแล้วแต่เป็นภพ เป็นสิ่งลึกลับ เป็นสิ่งมองไม่เห็น  
เชื่อครึ่งไม่เชื่อครึ่งทั้งสิ้น

ต่อเมื่อคำว่า "นิพพาน" ได้รับความเข้าใจอย่างถูกต้อง  
ว่าเป็นการพ้นจากการมีรูป มีนาม มีความปรุงแต่ง  
ซึ่งจะพ้นได้ ก็ด้วยการปล่อยความยึดมั่นถือมั่น  
ทั้งหยาบและละเอียดออกจากใจให้หมด

ถ้าชาวพุทธมาได้ถึงทิวฏฐิอันเป็นสัมมานี้  
แล้วอริชฐานถวายสังฆทานเพื่อเป็นปัจจัยแก่นิพพาน  
จะทำให้จิตเล็งทิศทางเป้าหมายได้ถูกต้อง  
เป็นผลให้เกิดพลังอันเป็นปัจจัยอย่างถ่องแท้ไปด้วย

เห็นจิตที่ถูกผูกกับสมบัติ เป็นจิตที่ถูกล่ามด้วยโซ่ตรวน  
เห็นจิตที่ปล่อยสมบัติให้ผู้ชี้นำทางออก เป็นจิตที่เริ่มแก้ไขออกทีละเส้น ทีละลำดับ  
เข้าถึงความรู้สึกปล่อยวาง เป็นอิสระ มีปีติสุข  
อันเกิดจากการให้ การจ่ายออก การไม่เอาไว้

การไม่หวัง การทำลายความตระหนี่  
ก็นับเป็นปฐมบทของการไปถึงนิพพานของแท้  
โดยเฉพาะทำกับเนื้อนาบุญอันประเสริฐของพวกเรา  
ก็ยิ่งให้ผลไพศาล เร่งให้เกิดผลลัพท์ผลเร็วยิ่งขึ้น

ธรรมทานของพวกเรา

ก็นับเป็นนิพพานะ ปัจจัย โหตุ เหมือนกันนะครับ

<http://www.larndham.net/cgi-bin/kratoo.pl/000958.htm>



## ยารักษาใจ

โดย วิลาคินี



นิทานเรื่องนี้เป็นเรื่องเล่าจากประเทศญี่ปุ่นสมัยโบราณ  
เป็นเรื่องราวของเด็กหนุ่มที่ชื่อ 'เคนตะ'  
ซึ่งเติบโตมาในครอบครัวที่มีพ่อและแม่เป็นชาวสวน  
เคนตะเฝ้ามองพ่อและแม่ทำสวนและปลูกพืชผักผลไม้มาตั้งแต่เล็ก  
แต่บางครั้ง ด้วยความซุกซน เคนตะก็จะหนีขึ้นไปบนเขา  
และนั่งมองพระราชวังที่อยู่ไกลโพ้น คุณลุงข้างบ้านบอกกับเคนตะว่า  
ที่เคนตะมีนิสัยเช่นนี้ ก็เพราะพ่อของเคนตะเองก็เคยเป็นขุนนาง  
คอยรับใช้จักรพรรดิในวังมาก่อน เคนตะแปลกใจเหลือแสน  
พ่อเคยมีตำแหน่งที่ใครๆก็แสวงหา เหตุใด  
จึงกลายมาเป็นชาวสวนในที่ดินผืนกระจัดย่อย  
เคนตะเก็บความสงสัยนั้นไว้ แต่ก็เปิดเผยความในใจกับแม่  
“ผมอยากไปทำงานให้จักรพรรดิจังเลยครับแม่”  
เคนตะหนุนตักแม่และร้องบอกในวัยเด็ก  
“อย่างนั้นรี แต่ตอนนี้... ลูกยังเล็กนัก”

แม่ไม่ห้ามปราม แต่ให้เหตุผลที่ดี เคนตะเฝ้ารอ

“ผมอยากไปทำงานให้จักรพรรดิจ้ะครับแม่”

เคนตะหวดไหลแม่และกระซิบบอกในวัยรุ่น

“อืมม... ลูกน่าจะช่วยแม่ทำสวน ให้ต้นไม้โตกว่านี้ก่อน”

แม่ไม่ห้ามปราม แต่ให้เหตุผลที่ดี เคนตะช่วยดูแลไร่นาสวนอย่างเพลิดเพลิน

เวลาผ่านนานปี แต่แล้ววันหนึ่งเมื่อนึกขึ้นได้ เคนตะก็เข้าไปคุกเข่าขอแม่

“ให้ผมไปทำงานให้จักรพรรดิเถอะนะครับ”

ในวันนั้นพ่ออยู่ด้วย... พ่อและแม่ของเคนตะหันมองหน้ากันและกัน

เคนตะแอบเห็นพ่อบีบมือแม่เบาๆ แม่พยักหน้าและยิ้มอย่างอ่อนโยน

“ได้สิ”

เคนตะยิ้มกว้างอย่างยินดี คำนับและขอบคุณพ่อและแม่อีกหลายๆ ครั้ง

“นี่เป็นเมล็ดพันธุ์ที่ดีที่สุดในสวนของเรา พ่อและแม่ฝากความคารวะไปยังจักรพรรดิ

และฝากกราบทูลอะไรสักอย่างได้ไหมลูก”

“ครับ ผมจะจำไปกราบทูลองค์จักรพรรดิทุกประโยคเลยครับ”

เคนตะร้องบอกอย่างยินดี

ผู้เป็นแม่เข้าไปหยิบเมล็ดพันธุ์ใส่ถุงให้เคนตะ และถ่ายทอดเนื้อความ

เคนตะจดจำเนื้อความนั้นไว้ ออกจะประหลาดใจเล็กน้อย

ที่แม่ยอมมอบของมีค่าขนาดนี้ให้กับองค์จักรพรรดิ

‘...แต่นั่นก็คงเพื่อให้องค์จักรพรรดิยอมรับเราให้เข้าไปรับใช้สินะ’

เคนตะคิดและเริ่มออกเดินทาง เมื่อไปถึงพระราชวังของจักรพรรดิ

ต่อเมื่อได้เข้าเฝ้า เขาริบนำเมล็ดพันธุ์ที่พ่อแม่ฝากมาให้ถวายแก่ราชสำนัก

“นี่อะไร”

จักรพรรดิทรงสรวลน้อยๆ เมื่อเห็นของเล็กกะจ้อยร่อยในถุง เคนตะต้องรีบทูล

“มันไม่ใช่เมล็ดพันธุ์ธรรมดาจะพะยะค่ะ หากแต่เป็นเมล็ดพันธุ์ของผลไม้ทองคำ

ที่หากคนปลูกเป็นคนสัตย์ซื่อ ไม่เคยคิดคด ไม่เคยทำร้าย และไม่เคยหลอกลวงใคร

ผลไม้ต้นนี้จะออกดอกออกผลเป็นทองคำได้เอง...พระองค์ลองปลูกดูสิพะยะค่ะ”

จักรพรรดิได้ฟังดังนั้นก็ไม่กล้าปลูก ด้วยว่าพระองค์เอง

ก็เคยโกงข้อสอบพระอาจารย์เมื่อทรงพระเยาว์

จักรพรรดิปฏิเสธและขอให้พระมเหสีนำไปปลูก พระมเหสีไม่ทรงรับ

ด้วยว่าพระมหีสึเคยลักลอบนำเครื่องประดับของจักรพรรดิ

ไปมอบให้พระญาติของพระมหีสึโดยองค์จักรพรรดิมีเคยทรงทราบมาก่อน

พระมหีสึสารภาพความจริงนั้น และขอให้เคนตะมอบเมล็ดพันธุ์ให้นายกรัฐมนตรี  
นายกรัฐมนตรีก็ไม่กล้ารับเมล็ดพันธุ์นั้นเอาไว้ เนื่องจากตนเองก็เคยโกงเงินภาษีของราษฎร  
นายกรัฐมนตรีจึงสารภาพความผิดกับเคนตะ และขอให้นำเมล็ดพันธุ์ไปให้ขุนนางคนอื่น ๆ  
ไม่ว่าจะส่งต่อไปยังผู้ใด คนเหล่านั้นก็ล้วนเคยกระทำความผิดและซุกซ่อนความผิดนั้นเอาไว้  
แต่แต่ละคนต่างก็ยอมสารภาพกับเคนตะว่า ไม่สามารถจะปลูกต้นไม้ให้กลายเป็นทองได้

‘เช่นนั้น ในวันนี้ก็ไม่มีใครที่เป็นคนซื่อสัตย์จริงๆเลยซักคนเดียว...

มิน่าล่ะ พ่อกับแม่ ถึงได้ออกไปทำไร่ทำสวนตั้งแต่เรายังไม่เกิด’

เคนตะนึกในใจและรีบทูลลาจักรพรรดิ ทุกคนในวังเอง

ก็ต่างอยากให้เคนตะกลับไปเสียโดยเร็วเช่นกัน

เพราะต่างหวาดระแวงว่า ตนจะถูกบังคับให้ปลูกเมล็ดพันธุ์ที่วานั้น

เคนตะนึกถึงบ้านหลังเดิม

กับผลไม้ในสวนที่เขาคุ้นตามาแต่เล็ก

เด็กหนุ่มอมยิ้มและเดินทางกลับ

แผ่นดินสีทองและพ่อกับแม่ยืนรอเขาอยู่

.....





## ธนาคารความสุข

---

โปรตุเกส โพสต์เตอร์ ๕ ใบ กับความเข้าใจเรื่องภาษา

โดย aston27

ผมเป็นคนไม่ชอบเล่นน้ำ แต่ชอบนั่งเรือครับ  
สมัยก่อนตอนเรียนอยู่ท่าพระจันทร์ ก็นั่งเรือต๋วนไปเรียนบ่อยๆ  
ช่วงที่เลยโรงแรมโอเรียนเต็ลมา ฝั่งพระนคร จะเห็นอาคารเก่าๆ  
แต่ดูสวยคลาสสิกสีขาวๆ อยู่อันหนึ่ง ตั้งอยู่ริมน้ำ  
มาทราบในภายหลังว่า นั่นคือสถานทูตโปรตุเกส

เคยนึกขำๆ เล่นๆ กับตัวเองว่า  
ถ้าวันหนึ่งรวยแบบมหาศาล ผมจะมาซื้อที่นี่ไว้เป็นบ้าน  
ด้วยความที่ชอบทำเลและภูมิสถาปัตยกรรมเป็นอย่างดี  
อันนั้นก็ฝันกลางวันไปแหละครับ

ถึงจะยังไม่มีแนวโน้มว่าฝันกลางวันของผม จะได้ยกพลขึ้นบกในชาตินี้  
แต่อย่างน้อย สองสัปดาห์ก่อน  
ผมก็ได้ไปเหยียบสถานทูตโปรตุเกสแล้วล่ะนะ เหตุเพราะต้องบินไปประชุมที่ลิสบอน  
เลยต้องไปเสนอหน้าขอวีซ่าเข้าเมืองเขา

ระหว่างที่นั่งรอเจ้าหน้าที่เขาเรียกไปคุย  
ผมก็มองโน่นมองนี่ตามประกาศนอยากรู้อยากเห็น  
แล้วก็เห็นโปสเตอร์ส่งเสริมการท่องเที่ยวของเขาติดเรียงกันเป็นชุด ๕ ใบ

แต่ละใบเป็นภาพอะไรบ้าง จำไม่ได้ตามฟอร์มปลาทองชั้นเทพครับ  
จำได้แต่ว่า แต่ละใบมีคำอธิบายภาพเป็นตัวใหญ่ๆ ต่างกันไป  
ใบแรกพูดถึงเรื่อง “ความรัก” ใบที่สอง “ความสงบ”  
ตามมาด้วย “ความสร้างสรรค์” “ความฝัน” และ “ความกลมกลืน”

เขาไม่ได้เขียนเป็นภาษาไทยหรอกนะ แต่เขียนไว้เป็นคำใน ๕ ภาษา  
เรียงจากบนลงล่างได้ดังนี้ อังกฤษ เยอรมัน โปรตุเกส ฝรั่งเศส สเปนนิช  
ลูกน้องที่ไปด้วยถามว่า ผมรู้ได้ไง ตอบไปว่าอาศัยความรู้ติดกันหมอนิดๆ หน่อยๆ

การเห็นโปสเตอร์ห้าใบมาติดเรียงกัน ทำให้ผมได้ความรู้ใหม่อย่างหนึ่งว่า  
บางที คำที่มีความหมายเดียวกัน อาจจะเขียนต่างกันโดยสิ้นเชิงในแต่ละภาษา  
อย่าง “ความฝัน” อังกฤษเรียกว่า Dream เยอรมันเรียก Traum  
โปรตุเกสเรียก Sonho ฝรั่งเศสเรียก Rêve สเปนนิชเรียก Ensueno  
ถ้าผมเข้าใจอันไหนผิด แล้วใครทราบ ช่วยบอกด้วยนะครับ

แต่ในขณะเดียวกัน บางคำ ถึงจะต่างภาษาก็เขียนเหมือนกันมากอย่างไม่น่าเชื่อเช่น  
“ความรัก” อังกฤษ โปรตุเกส ฝรั่งเศส สเปนนิช เขียน Romance เหมือนกันหมด  
แม้จะออกเสียงต่างกันนิดหน่อย  
ในขณะที่เยอรมันเขียน Romantik เปลี่ยนท้ายนิดเดียว

หรืออย่างบางคำเขียนคล้ายๆกัน ออกเสียงก็คล้ายกัน เช่น “ความกลมกลืน”  
อังกฤษเขียน Harmony เยอรมันกับฝรั่งเศสเขียน Harmonie เหมือนกัน  
โปรตุเกสเขียน Harmonia สเปนนิชเขียน Armonia

ถามว่า เรื่องนี้มันสอนอะไรผมบ้าง ตอบว่า ก็หลายเรื่องอยู่นะ  
แต่ที่สำคัญที่สุดคือความจริงว่า การพูดหรือบอกเล่าเรื่องหนึ่ง  
ภาษาที่ใช้อาจจะเหมือนหรือต่างจนดูราวกับเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

อย่างเราจะอธิบาย “ความสงบ” ให้คนอังกฤษ ก็ต้องบอกว่า Tranquility  
จะบอกคนเยอรมันต้องพูดว่า Ruhe พูดกับคนโปรตุเกสก็ว่า Tranquilidade  
คนฝรั่งเศสต้องพูด Tranquillité ทั้งที่พูดเรื่องเดียวกันนี้แหละนะ

เรื่องนี้ทำให้ผมนึกถึงเรื่องที่หลายท่าน ตั้งข้อสงสัยว่า  
ทำไมครูบาอาจารย์บางท่านก็สอนคล้ายกัน บางท่านก็สอนต่างกับท่านอื่น  
ที่เห็นสอนไม่ตรงกับครูบาอาจารย์ของตัวเอง แล้วไปปรามาส ว่าท่านสอนผิด ก็มี

จะไปดูในพระไตรปิฎก  
พระพุทธเจ้า ท่านก็ไม่ได้ทรงบอกรูปแบบตายตัวของการภาวนาไว้เสียด้วย  
ว่าจะถ้าจะเดิน ต้องเดินท่าไหน ยืนท่าไหน เอามือไว้ตรงไหน  
ต้องหายใจสั้นหรือยาว

ท่านบอกแต่ “หลัก” ของการภาวนา ว่ากายเป็นอย่างไร  
ให้รู้ตามความเป็นจริงจิตใจเป็นอย่างไร ก็ให้รู้ตามความเป็นจริง  
จะรู้ลม รู้มือ รู้เท้า รู้ท้อง รู้จิต รู้อะไรก็ได้

เหตุผลเพราะท่านทรงรู้ว่า จริตของแต่ละคน มันแตกต่างกันครับ  
บางคนเหมาะจะทำสมณะแล้วขึ้นวิปัสสนา  
บางคนเหมาะจะเรียนวิปัสสนาแล้วตามเก็บสมณะไประหว่างทาง  
บางคนเหมาะจะเริ่มจากดูกาย บางคนต้องเริ่มจากดูเวทนา  
บางคนเหมาะกับการดูจิตท่านถึงมีกรรมฐานไว้ให้หลากหลาย ด้วยเหตุนี้

ฉะนั้น ครูบาอาจารย์เวลาสอน ท่านก็มี “ภาษา” หรือลีลาการสอนต่างกัน  
ลองจินตนาการว่า สำนักหนึ่ง อาจจะเหมือนคนอังกฤษ  
อีกสำนัก อาจจะเหมือนเยอรมัน  
สำนักนี้เหมือนโปรตุเกส สำนักนั้นเป็นฝรั่งเศส สำนักโน้นเป็นสเปน

แต่ละสำนักก็สอนด้วย “ภาษา” ของตัวเอง แต่ถ้าพูดเรื่อง “ฝัน” จะเรียกว่า Dream  
จะเรียกว่า Rêve เรียก Sonho หรือ Ensueno หรือ Traum  
มันก็พูดเรื่องเดียวกันนั่นแหละ

ใครจะถนัดเรียนกับสำนักไหน เพราะชอบที่มันคล่องปาก  
ชอบว่ามันง่าย หรือมันท้าทายดี ก็เรียนไปนะครับ  
แต่ถ้าเรียนกับสำนักหนึ่งแล้ว ไม่ชอบใจ  
ก็อย่าไปปรามาสครูบาอาจารย์ ว่าท่านสอนผิด  
ถ้ามีคนพูดได้แต่อังกฤษ ไปฟังคนฝรั่งเศสพูด  
แล้วว่าเขาพูดผิด ผมก็ว่าฉลาดน้อยอยู่นะ

เพราะทราบได้ที่ท่านสอน แล้วมีคนเห็นความจริงของกายใจ  
เดินปัญญาแจ้งในทุกขในไตรลักษณ์ได้  
ก็ไม่มีเหตุที่จะไปปรามาสว่าท่านสอนผิด  
ในเมื่อพระพุทธเจ้า ก็ไม่ได้ทรงมีกรรมฐานตายตัวที่ดีที่สุด

ภาษาอังกฤษอาจจะจะเป็นภาษาที่มีคนพูด คนใช้ คนเรียนมากที่สุด  
แต่ก็ใช้จะเป็นภาษาเดียว ที่จะบอกทาง นำทาง  
ให้คนพ้นทุกข์ขึ้นฝั่งพระนิพพานเสียเมื่อไหร่

สุขสันต์วันที่เรายังมีภาษาพูดกันก็แล้วกันครับ



## สัพเพพระธรรม

### “สิ่งที่ฉันเพิ่งรู้”

#### สิริธร

ขอผลบุญที่ได้จากบทความนี้

อุทิศให้แก่เจ้ากรรมนายเวรของข้าพเจ้า และ เจ้ากรรมนายเวรของคุณแม่ของข้าพเจ้า

ฉันเคยคิดว่าตนเองเป็นคนที่ดีแล้ว ประเสริฐแล้ว เนื่องจากที่ผ่านมาฉันฟังธรรม บริจาคทาน และ ถือศีล 5 อีกทั้งยังฝึกเจริญสติในชีวิตประจำวันอีกด้วย แต่จนมา ณ ตอนนี้อันฉันรู้ว่าทุกสิ่งที่ทำ มันแค่เริ่มต้น และฉันก็ไม่ได้ดี หรือประเสริฐ อย่างที่คิดไว้

จากวันที่เคยมีความสุข มีแม่ ทำอาหารเช้าให้ทานทุกเช้า และเย็น ไปเที่ยวหัวเราะกันอย่างมีความสุข ที่เคยคิดว่า เราคือลูกที่ดี พาแม่ไปช้อปปิ้ง ชื้อของแพงๆให้ หรือพาไปเที่ยวด้วยกันบ่อยๆ ชีวิตนี้มันช่างไม่แน่นอนจริงๆ แม่เริ่มบ่นปวดขา เราก็คงไม่คิดอะไร คิดว่าก็อาการปวดของคนแก่ตามปกติ จนวันหนึ่ง แม่ปวดจนเดินไม่ได้ มันช่างกะทันหัน หมอบอกว่า แม่เป็นหมอนรองกระดูกทับเส้นประสาท อาการจะเป็นๆ หายๆ พอหายก็เหมือนคนทั่วไป พอเป็นก็ปวดจนเดินไม่ได้เลยทีเดียว

ฉันเห็นแม่ตอนปวด ปวดจนร้องไห้เลย แม่บอกว่าทรมานแบบนี้ตายเสียดีกว่า ฉันเป็นลูกคนสุดท้ายที่ไม่มีสิทธิ์มี เสียอะไรมากนักในครอบครัว แต่ด้วยความใกล้ชิดกับแม่มาก เพราะเรานอนด้วยกันทุกวัน อยู่ด้วยกันตลอด จึงรู้ว่าแม่ทรมานแค่ไหน ฉันจึงบอกพี่สาวว่าให้พาแม่ไปผ่าตัดเถอะ เรื่องเงินจะช่วยออกให้ พี่สาวเป็นคนรวยมาก เรื่องเงินไม่ใช่ปัญหาอยู่แล้ว แต่เขาบอกว่าการผ่าตัดไม่ใช่เรื่องเล่นๆ ต้องแน่ใจว่าแม่ทนไม่ไหวจริงๆ จึงไปผ่า เพราะเขาเชื่อว่าร่างกายแม่จะปรับสภาพและหายได้เอง เพราะหมอบอกว่าคนไข้ที่เป็นโรคนี้บางคน ถ้าร่างกายปรับสภาพได้ก็สามารถหายเองได้

ช่วงเวลาประมาณสองเดือนที่แม่ทนทรมานอยู่ที่บ้านนั้นมันสอนอะไรฉันหลายอย่างจริงๆ จากที่เคยคิดว่าตัวเองมีสติ เคยฟังชานแล้วพอรู้ว่าฟังมันก็ดับ เคยไม่พอใจแล้วพอรู้ว่าไม่พอใจมันก็ดับ แต่พอเห็นแม่ร้องไห้ก็รู้ว่าเราเศร้าแล้วมันก็ดับ แต่หลังจากนั้นอารมณ์เศร้ามันก็กลับมาใหม่จนดูไม่ไหวแล้ว กลายเป็นเราเศร้า เราเสียใจ ร้องไห้ ขาดสติ อืม เรามันไม่ได้เก่งอะไรเลยนะ กิเลสแรงๆสู้ไม่ไหว แพ้ราบคาบ ตอนนั้นดูอะไรไม่ไหวแล้ว เลยสวดมนต์ ไหว้พระ ให้ใจสงบไว้ก่อน

จากที่เคยคิดว่าตัวเองเป็นลูกที่ดีประเสริฐ คิดผิดถนัด ตั้งแต่แม่ป่วยฉันต้องทำงานบ้านเองเกือบทั้งหมด เพราะพี่สาวมีครอบครัวแล้ว มีลูกและสามีที่ต้องดูแล มีบางงานพี่สาวก็ช่วย เช่นรีดผ้า ฉันจึงได้รู้ว่าแม่เหนื่อยแค่ไหน งานบ้านไม่ใช่เรื่องง่ายเลย ฉันจึงรู้ว่าตนเองนี่แหละจริงๆ เคยให้แม่หุงข้าว รีดผ้า ทำกับข้าว

ชักผ้า ตากผ้า ทั้งขยะ

ถึงแม้ว่า งานพวกกวาดบ้าน ถูบ้าน ขัดห้องน้ำ มีคนมาทำให้ก็เถอะ หรือ แม้ว่าจะมีเครื่องชักผ้าก็ตาม แต่ งานที่เอื่อยมาข้างต้นมันก็ หนักหนาเหลือเกินสำหรับฉันในช่วงเดือนแรก และพอวันหนึ่งขณะที่ฉันไปทิ้งขยะ ขยะมันล้นออกมาจากถุง ฉันได้พบว่าขยะมันสกปรกเหลือเกินแต่ใจฉันนี้สับสนปรกกว่า ที่ผ่านมามีฉันปล่อยให้ แม่ทำงานพวกนี้ได้อย่างไร ฉันได้แต่รู้สึกสำนึกผิดและตั้งใจว่า ถึงแม่จะหายแล้วฉันก็จะไม่ทำตัวแบบเดิมอีก เป็นอันขาด จะทำงานเท่าที่ทำได้ จะไม่เพิกเฉยเมื่อเห็นแม่ทำงาน จะไม่ดำรงชีวิตแบบเดิมอีกแล้ว

พอเดือนที่สอง อาการแม่หนักกว่าเดิม ฉันต้องดูแลแม่แทบทุกอย่าง แม่แทบทำอะไรเองไม่ได้เลย เข้า ห้องน้ำก็กลายเป็นเรื่องยาก และแม่มีอาการแทรกซ้อนอื่นๆด้วย ฉันบอกพี่สาวว่าแม่รับไม่ได้แล้วนะ พาแม่ ไปผ่าตัดเถอะ ร่างกายแม่คงไม่สามารถปรับสภาพหายเองได้หรอก แม้ว่าแม่จะไปพบหมอตลอดตามที่หมอ นัด และกินยาจำนวนมากก็เถอะ สรุปก็คือแม่ได้ไปผ่าตัด โชคดีที่หลังผ่าตัด แม่หายดีขึ้น และร่างกายดีขึ้น ตามลำดับ

แม้ตอนนี้แม่เกือบหายสนิทแล้ว แต่หมอยังบอกว่าคุณป้าอย่าเพิ่งขึ้นเขานะ แต่ไปเที่ยวทะเลไปได้แล้ว แม่ก็ ชอบใจ หมอรู้ว่าแม่ชอบเที่ยว ชีวิตนี้การท่องเที่ยวคือความสุขของแม่ ช่วงฤดูร้อนของปี 53 นี้พี่สาวบอกว่า ถ้าแม่หายสนิทจะพาแม่ไปนิวซีแลนด์ แม่ก็เลยขยัน ทำกายภาพบำบัด บริหารร่างกาย ด้วยความที่อยากไป เที่ยว

ตอนนี้แม้ครอบครัวของเราจะอยู่กันอย่างมีความสุข แต่ฉันก็ได้ข้อคิดอะไรหลายอย่างจากการป่วยของแม่ ที่ แน่ๆ ฉันจะไม่ประมาทอีกแล้ว วันเวลาที่เหลือคือสิ่งที่มีค่าฉันจะไข่มุนให้คุ้มค่าที่สุด คนเราเอาอะไรไม่ได้ เลย และที่แน่ๆ ฉันไม่ปล่อยให้แม่ทำงานบ้านเหมือนเดิมอีกแล้ว เราก็กินช่วยกันทำ เพราะแม่จะทนไม่ได้ เวลาเห็นฉัน ทำงานบ้าน แม่จะมาช่วยทันที ถึงแม้ฉันจะบอกให้แม่อยู่เฉยๆก็เถอะ และอีกเรื่องหนึ่งคือสติ ของฉันมันยังอ่อนโยนนัก ต้องเจริญสติอีกเยอะเลย ที่ทำมานะมันแค่เริ่มต้น

ถ้าคุณพ่อ คุณแม่คุณ ยังอยู่กับคุณ ก็ดูแลท่านให้เยอะๆนะคะ ที่คิดว่าทำดีแล้ว อาจจะมารู้ทีหลังว่าที่ทำมา มันไม่ดีพอก็เป็นไปได้ ตอนนี้ฉันรู้แล้วก็เลยอยากฝากเรื่องนี้ไว้ให้ผู้อ่านได้ลองย้อนคิดดู ว่าที่ทำมานะมันดี พอหรือยัง

จาก ผู้หวังดี



## พาเที่ยวเอียวธรรม

ตะลอน “กาฬสินธุ์” ถิ่นไดโนเสาร์

โดย ดาวชล

หรือว่าจะเป็นเพราะระยะทางที่แสนใกล้เพียง ๗๐ กิโลเมตร ที่จังหวัดกาฬสินธุ์ ห่างไกลจากจังหวัดขอนแก่นที่ฉันอยู่ จึงทำให้ละเลยที่จะไปเยี่ยมเยือน แต่ในที่สุด เมื่อโอกาสมาเคาะประตูรถ ห่างจากการทำงานที่ต้องทำงาน รองเท้าผ้าใบคู่เก่งที่เพิ่งซื้อมาสด บวกกับกล้องคู่ใจที่เพิ่งชาร์ตแบตฯ มาจนเต็ม เช้าวันหนึ่งในฤดูฝนจึงได้ฤกษ์เดินทางท่ามกลางท้องฟ้าที่แสนจะแจ่มใส



@Kalasin 14 06 09



@Kalasin 14 06 09

ระหว่างสองข้างทาง เป็นพื้นที่ราบน้ำท่วม เนื่องจากมีระบบชลประทานที่ทั่วถึง จึงทำให้ได้เห็นการทำงานของชาวบ้านท่ามกลางนาทุ่งและทุ่งข้าว ยามนี้ต้นกล้าที่ชาวบ้านปักดำไว้เมื่อคราวแรกฝน เริ่มเติบโตเป็นต้นข้าวในวัยหนุ่มสาว สีเขียวของต้นข้าวตัดฉับกับท้องฟ้าสีฟ้าสดใส จนทำให้อดใจไม่ไหวที่จะต้องแวะ ระหว่างทางเพื่อลงไปบันทึกภาพ จากนั้นก็เริ่มเดินทางต่อ ป้ายระยะทางบอกว่า

อีกเพียง ๓๐ กิโลเมตร จะถึงตัวเมือง ขับรถมาได้ไม่นานก็รู้เลยว่า ถึงตัวเมืองแล้ว เพราะอะไรนะเหรอ ก็เพราะมีเจ้าบ้านมายืนคอยรับแขกนะสิ ไดโนเสาร์ปูนปั้นตัวโต กับป้ายยินดีต้อนรับมารอฉันอยู่ที่ริมทาง



ฉันนัดกับรุ่นน้องไว้ที่นี่ เมื่อพลพรรคและเสบียงพร้อม เราก็เริ่มเดินทางกันต่อ จากตัวเมืองไม่ไกลนัก เพียงแค่ชั่วระยะเวลา ๗ เพลง เราก็มาถึงแล้ว

**“พิพิธภัณฑสถานสิรินธร”** จุดหมายปลายทางของวันนี้

เราจอดรถแล้วรีบเดินเข้าพิพิธภัณฑสถานอย่างรีบเร่ง

เนื่องจากท้องฟ้าที่แสนจะแจ่มใสกลับกลายเป็นฝนที่เริ่มลงเม็ดเปาะเปาะ

ยังก่อน... ก่อนเข้าฉันเห็นเจ้าไดโนเสาร์ตัวโตยืนรอต้อนรับที่หน้าพิพิธภัณฑ

องค์ประกอบภาพเยี่ยมประกอบบรรยากาศขมุกขมัว

ฉันเลยได้แชะ... ได้ภาพครี๊มๆ ถูกใจเสียจริง

ฉันหยิบกระเป๋าสตางค์ออกมา เตรียมตัวจ่ายเงินค่าเข้าชม

**แต่ที่นี่ไม่มีการเก็บค่าเข้าชมเป็นเงิน**

เก็บค่าเข้าชมเป็นการลงชื่อในสมุดผู้มาเยี่ยมชมเท่านั้นเอง

จึงเอาเงินใส่ที่กล่องรับบริจาคที่อยู่ตรงบริเวณทางเข้าแทน



แต่ในใจเกิดความคิดว่า น่าจะไ้ตรงทางออกน่าจะไ้สตรงค์มากกว่านี้แหละ  
ก็ฉันเป็นกลัวพิพธิภณท์ดี ๆ อย่างนี้จะอยู่ไม่รอดนะ  
เพราะขึ้นชื่อว่าเป็น ๑ ใน ๙ สถานที่ท่องเที่ยวที่ครองใจประชาชน  
อยู่ด้วยกันนาน ๆ นะ ...  
จากนั้นฉันก็เริ่มจะก้าวเท้า ก้มลงมองที่พื้น  
ก็เจอเจ้ารอยเท้าเล็กๆ ที่มีรอยเท้าเป็นเล็บสามแฉก มานำทาง  
เอาละตกลงปลงใจเดินตามรอยเท้าเล็กๆ นั้นไป  
จากพื้นเงยหน้าสู่มอง เจอข้อความที่อ่านแล้วต้องจดจำ  
**“ผู้อยู่รอด คือผู้ที่รู้จักการปรับตัวเข้าหาสภาพแวดล้อม  
ไม่ใช่ปรับสภาพแวดล้อมไปตามความต้องการที่ไม่สิ้นสุด”**  
อ่านแล้วต้องคิดตาม และตั้งคำถามในใจ  
**ตัวเราเองนี่แหละคือผู้อยู่รอด???**



@Kalasin 14 06 09



@Kalasin 14 06 09

ระบบการจัดการของพิพธิภณท์ดีเยี่ยม เพียงเดินตามรอยเท้าเล็กๆ ไป  
ก็จะเข้าใจอย่างเป็นขั้นเป็นตอน ระบบปรับอากาศเย็นน้ำ  
แถมด้วยระบบวีดิทัศน์ที่แสนจะทันสมัย  
เรียกได้ว่าถึงแม้ไม่มีเจ้าหน้าที่มาคอยชี้แนะ  
เราก็จะเข้าใจได้ในสิ่งที่ต้องการสื่อสาร (ยกเว้นการเดินทางลัดรอยเท้า)

เริ่มต้นที่เกิดโลกได้อย่างไร ผ่านยุคใดมาบ้าง  
การเกิดขึ้นของสิ่งมีชีวิตตั้งแต่พืช สัตว์  
และแน่นอนที่สุด ก็ต้องไฮไลต์ของที่นี่ “ไดโนเสาร์”  
ฉันเดินตามรอยเท้ามาเรื่อยๆ จึงได้รับรู้ว่า ไดโนเสาร์เองก็มีหลายสายพันธุ์  
จากเดิมที่เคยเหมารวมว่า ไดโนเสาร์ก็คล้ายๆ จระเข้ ก็เริ่มเปลี่ยนไป  
ไดโนเสาร์มีหลายสายพันธุ์ทั้งแตกต่างที่การกินอาหาร  
มีทั้งกินพืช กินสัตว์ เป็นอาหาร มีปีก ไม่มีปีก มีฟัน ไม่มีฟัน  
แล้วฉันก็ได้เห็นเจ้าไดโนเสาร์ตัวเอกในเรื่องจูราสสิคพาร์ค T-REX นะเอง  
ฉันได้เห็นกะโหลกศีรษะของมัน ๓ ขนาด  
มันเองก็มีวิวัฒนาการเพื่อการอยู่รอดเช่นเดียวกับสิ่งมีชีวิตอื่นๆ  
คือกรามที่มีขนาดใหญ่ขึ้น สมอที่มีขนาดใหญ่ขึ้น และรูปร่างที่ปราดเปรียว  
ทั้งหมดนี้ก็เพียงเพื่อการเอาชีวิตรอด  
หาใช่การเอาชนะ การอยากได้ อยากมี อยากเป็น เจกเช่นมนุษย์ไม่



@ Kalasin 14 06 09

เดินตามรอยมาจนเจอคำตอบว่า ไดโนเสาร์ต่างจากจระเข้อย่างไร  
ไดโนเสาร์ไม่ใช่สัตว์เลื้อยคลานอย่างจระเข้ และก็ไม่ใช่สัตว์ปีกอย่างค้างคาว

เราสามารถแยกแยะได้ที่กระดูกเชิงกรานของมัน  
กระดูกเชิงกรานของไดโนเสาร์จะมีลักษณะตั้งตรง  
ตามแรงโน้มถ่วงของโลก ตรงไปลงน้ำหนักที่เท้า  
ที่ไม่แบะออกเหมือนจระเข้ และไม่หุบเข้าเหมือนค้างคาว



@Kalasin 14 06 09



@Kalasin 14 06 09



@Kalasin 14 06 09



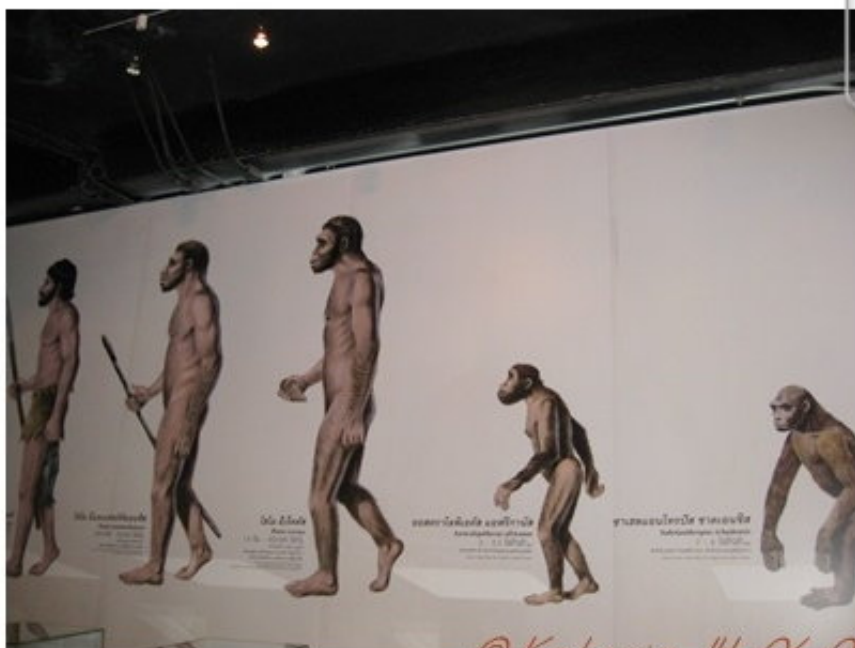
เออละ ฉันเริ่มจะรู้จักเจ้าไดโนเสาร์มากกว่าที่รู้จักในหนังสือมาแล้ว  
ได้เดินดูโครงกระดูกจำลอง เดินชมกระดูกจริงที่ต้องร้องโอโฮ  
ก็แค่ขาตอนบนของมัน ก็ใหญ่เท่าลำตัวฉันทั้งตัว  
ฉันเดินตามรอยเท้ามาเรื่อยๆ ก็มาถึงจุดสิ้นสุด



จุดสิ้นสุดของมัน นักวิทยาศาสตร์สันนิษฐานไว้ว่า  
มีอุกกาบาตใหญ่ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๑๐ กิโลเมตรพุ่งเข้าชนโลก  
ระดับความรุนแรงก็ขนาดระเบิดนิวเคลียร์สักหนึ่งพันลูก  
อุกกาบาตลูกนั้นยังให้เกิดไฟไหม้  
พืชและสัตว์ล้มหายตายจาก ไดโนเสาร์เองก็เช่นกัน  
แม้จะตัวใหญ่สักแค่ไหน แข็งแกร่งสักเพียงใด ก็ต้องมีอันล้มครืน  
ก็ไม่มีอาหารแล้ว ไดโนเสาร์จะคงมีชีวิตต่อไปได้อย่างไร



@ Kalasin 14 06 09



@ Kalasin 14 06 09

พิพิธภัณฑ์นำเราสู่โลกของความเป็นจริง  
ผู้ย่อรูดคือผู้ที่แข็งแกร่งกว่าจริงหรือ

หรือว่า แข็งแรงเพียงใด ก็ต้องมีจุดจบ  
ฉันเดินออกจากพิพิธภัณฑ์ด้วยคำถาม  
เดินมาสักพักก็ถึง “บางอ้อ”  
“ต่อให้แน่นแค่ไหน ใหญ่โตสักเท่าใด .... ก็เล็กกว่าโลง”



@ Kalasin 14 06 09



## นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมชาติ

---

คืน "หนาว" ของสาวสวย (ตอนที่ ๒)

โดย ชลนิล

กลางซอยเปลี่ยว มีแค่สาวสวยกับหม่อมหล่อ คุณว่าจะเกิดอะไรขึ้นคะ?

คำตอบ...ไม่เกิดอะไรทั้งนั้น อีตาแท็กซีรูปหล่อ แต่ท่าทางกวนประสาท เดินดุ่มๆ แทบจะไม่สนใจฉัน ส่วนฉันก็จำตามโดยหวังให้ถึงบ้านเร็วที่สุด

“ใกล้ถึงบ้านคุณรึยัง” อู๋ๆ ตานนั้นก็หยุดเดินแล้วหันมาถาม

“ยัง” ฉันตอบหัวงๆ หน้ามึน...ถ้าคุณลองเดินตามผู้ชายตัวโต ขาวาวๆ สักคน แล้วจะรู้ว่าเหนื่อยแค่ไหน

เขาขมวดคิ้ว

“ไหนว่าไม่ไกลไง”

“ก็ไม่ไกล ไม่ถึงสิบกิโล” ฉันตอบ คราวนี้เห็นนัยน์ตาเขาฉายแววยิบๆ นั่นอีก

“งั้นก็ช่วยไม่ได้ ถ้าเจออะไรจะมาโทษผมไม่ได้นะ”

ฉันสงสัย กำลังจะอ้าปากถาม แต่เขาก็สาวเท้าไปแล้ว ยังดีที่เดินช้าลงหน่อย ค่อยเหมือนมนุษย์มนาทั่วๆ ไป

...

ที่ฉันบอกว่าซอยเปลี่ยว...มันเปลี่ยวเพราะสองข้างทางส่วนใหญ่เป็นที่ดินร้าง หญ้าท่วมหัว มองไกลๆ บางช่วงยังไม่เห็นบ้านคน ถ้าเป็นตอนกลางวันจะมีมอเตอร์ไซค์รับจ้างเข้ามาส่ง แต่เลยสามสี่ทุ่มละก็ ตัวใครตัวมัน เมื่อก่อนฉันไม่รู้ว่ามันเป็นเพราะอะไร อาจเป็นได้ที่บ้านฉันไม่ค่อยสูงส่งกับใคร ตัวฉันตื่นเช้าก็ไปทำงาน เย็นกลับบ้าน เสาร์-อาทิตย์ก็นอนไม่สนใจโลกภายนอก จนเดี๋ยวนี้ ฉันรู้แล้วว่าเพราะอะไร...

เวลาที่อีตาแท็กซีคนนี้เดินช้าๆ ค่อยดูน่ารักหน่อย แต่ในความช้าของเขา ดูเหมือนสายตาจะมองซ้ายมองขวา ระแวงระวังจนน่ารำคาญ ท่าทางคงกลัวผีเหมือนฉัน นี่คิดๆ ไป ชีนกิ้วฝอยๆ นี่ ตอนเดินกลับออกมาจะอย่างไร ฉันก็ต้องเดินออกมาส่งหรือไง ไม่ก็แสดงน้ำใจ ให้เขาอนค่างที่บ้านสักคืน (อย่างหลังน่าจะดีกว่า)

ข้างหน้าเริ่มมีบ้านคนให้ฉันเห็น ส่วนใหญ่จะเป็นบ้านร้าง กับบ้านที่สร้างไม่เสร็จ ทั้งค้างไว้เป็นปีๆ ดูวังเวงพิกล...



หูฉันแว่วเสียงเบาๆ ลอยมากับสายลม ฟังคล้ายเสียงร้องไห้ คล้ายเสียงถอนใจ แต่แล้วก็ถูกเสียงซู่ซ่าของกอหญ้าต้องลมดังกลบจนหมด

เขาหยุดยืน หันมามองหน้าฉัน ดวงตาที่เคยมีแววช่างเล่น ฉายแววกังวลชั่วแวบ

“คุณเดินตามผมทันมั๊ย” เป็นครั้งแรกที่เขาพูดจาดีๆ

“ทัน...ถ้าตัดขาคุณให้สั้นเท่าฉัน” ฉันตอบ เขาโคลงศีรษะ ทำทางเหมือนอยากบ่น

“เอาเถอะ ผมจะเดินให้ช้ากว่านี้ คุณอย่าเดินห่างผมหะล่ะ”

“...คงกลัวผีล่ะซี...” ฉันคิดในใจ แต่ก็รีบเข้าไปขนาบข้างเขาทันที...ขอโทษเถอะ...ฉันก็พวกสมาคมตาแหกเหมือนกัน...

เดินต่อไปอีกสองสามก้าว ฉันมองเห็นบ้านข้างหน้าชัดเจขึ้น ที่หน้าประตูมีเงาดำๆ สองร่างยืนอยู่ เสียงกระซิบกระซาบเบาๆ แว่วเข้ามาในหูโดยไม่ได้ศัพท์ เงาดำๆ เคลื่อนตัวมาทางพวกฉันอย่างช้าๆ

แปลก...ฉันไม่รู้จะอธิบายความแปลกของร่างสองร่างที่กำลังเดินสวนออกมาอย่างไร ที่จริงฉันน่าจะใจชื้นเมื่อเห็นผู้คนในคืนเปลี่ยวเช่นนี้ แต่ในใจกลับหวั่นๆ วูบๆ (ที่ไม่ใช่อาการเดียวกับตอนอยู่ใกล้ๆ คนหล่อ) ขนลุกซู่ซ่าทั้งที่อากาศไม่เย็นเลยสักนิด

แสงสลัวๆ ที่พอมองเห็นหน้ากัน ทำให้ฉันรู้ว่า ร่างที่อยู่เบื้องหน้าเป็นผู้ชายวัยกลางคน ทำทางแข็งแรง กับผู้หญิงทำทางบอบบาง เดินก้มหน้าจูดูเท้าๆ อีกคน ทั้งสองอยู่ห่างฉันไม่ถึงเมตร จนเดินสวนกันพวกเขาก็หยุด ตาทั้งคู่ก็เพื่อนร่วมชะตากรรมคนเดียวของฉันก็หยุดตาม หันไปค้อมศีรษะให้ชายกลางคน

“ยังเหลืออีกบ้าน” ชายกลางคนพูดลอยๆ “ฝากด้วยนะ”

“ครับ” คำตอบสั้นๆ

ฉันไม่ทันสนใจคำพูดของชายสองคน เพราะมัวแต่มองหญิงสาวที่ก้มหน้าจูดๆ...รู้สึกคุ้นเคย...เหมือนเคยเดินสวนกันในซอย แต่ก็จำไม่ได้ ไม่รู้จักชื่อ...บอกแล้วไงคะ ว่าดิฉันมันคนกรุงเทพฯ ขนาดหลังคาบ้านเกยกัน ฉันยังไม่รู้จักหน้ารู้จักชื่อเจ้าของบ้านเลย นับประสาอะไรกับคนที่แค่เคยเดินสวนกัน

ระหว่างที่ดิฉันกับพวกเขาจะเดินผละจากกัน หญิงสาวคนนั้นค่อยๆ เงยหน้าขึ้นสบตากับฉัน มันทำให้ฉันหนาวเยือกโดยไม่มีสาเหตุ เหมือนจู่ๆ ก็ตกลงในหล่มน้ำแข็งไม่ทันรู้ตัว...ใบหน้าของหล่อนขาวซีดจนเกินไป เหมือนถูกพอกด้วยแป้งและเคลือบด้วยน้ำแข็ง ดวงตาของเธอแห้งแล้งไร้ประกาย ดูราวกับไม่มีแววตา ปลายหางตาของเธอคล้ายเก็บกักความเศร้าโศกทั้งหมดเอาไว้

อีกไม่กี่ไกลจะถึงบ้านฉัน ระหว่างทางได้ผ่านบ้านที่เปิดคอมไฟหน้าบ้านไว้หลายหลัง แสดงว่าเข้าเขตผู้คนแล้ว แต่ถึงกระนั้นฉันก็ยังไม่วางใจ เพราะทั้งซอยมีแต่ความเงียบ หมาลักรตัวยังไม่เดินมาให้เห็น ฉันกับแท็กซี่รูปหล่อไม่ได้พูดจากันทั้งที่จริงฉันอยากจะถามเขาเรื่องสองคนที่เดินสวนกันตะกี้ ดูท่าทางเหมือนพวกเขาจะรู้จักกันดี เผลอๆ อีตาแท็กซี่คนนี้จะอยู่ซอยเดียวกับฉันเสียอีก แต่เขาเดินเอา เดินเอา ฉันจำต้องเดินตาม โดยไม่ยอมให้ระยะห่างเกินสองคืบ ทั้งนี้เพื่อความปลอดภัย และที่สำคัญโอกาสใกล้ชิดกับหนุ่มหล่ออย่างเขา ใช่ว่าจะหาได้ง่ายๆ เรื่องอะไรจะปล่อยให้ผ่านไป แล้วมานั่งบิตผ้าเช็ดหน้าเสียดายทีหลัง

**“พี่ครับ...พี่คนสวย มาเล่นกับผมไหม”** เสียงนี้ทำให้ฉันสะดุ้งตก

ด้านขวามือของฉันเป็นบ้านไม้สองชั้น ตั้งอยู่ในความมืด ที่สนามหน้าบ้าน มีเด็กผู้ชายอายุไม่เกิน 6-7 ขวบ ยืนยิ้มแต่อยู่คนเดียว

...ใครนะ เคยบอกว่า หญิงงามมักจะรัก และเอ็นดูเด็กๆ เสมอ โดยเฉพาะเหล่าผู้ประภคณางสาวไทยทั้งหลาย ดิฉันก็ไม่ได้ผิดแผกพิสดารไปจากสาวสวยคนอื่นๆ คือมีความรัก และเอ็นดูเด็กน้อยเป็นล้นพ้น โดยเฉพาะเด็กที่มองเห็นความสวยของฉัน...

คะ...ด้วยความรักเด็ก ดิฉันจึงเข้าไปเกาะรั้ว จิกยิ้มอย่างสวย และทักทายตามแบบฉบับนางสาวไทย

**“น้องจำ...กินข้าวหรือยัง”**

ตอนถามก็ลืมนึกไปว่ามันตีสองแล้ว...

“กินแล้วครับ” เน้นพูดไม่ชัดด้วย น่ารักเชียว “พี่สาวมาเล่นกับผมไหม” หนูน้อยถือลูกบอลยืนอยู่หน้าประตูบ้าน

“พี่ใส่กระโปรง คงเล่นไม่ได้หรอก..เออ แล้วพ่อแม่ของพี่ที่ไหนจ๊ะ ถึงได้มาเล่นคนเดียว”

“อยู่ในบ้านครับ...เขาไม่สนใจผมหรอก” น้ำเสียงมุ่มๆ ติดจะงอนๆ

“แล้วเขาปล่อยให้หนูออกมาเล่นนอกบ้านได้ยังไง นี่มันกี่ตั้ง...” ประโยคที่จะบอกว่า “ตีสอง” ยังไม่ทันออกจากปาก ความฉลาดก็ทำให้ฉันเฉลียวใจ

บ้านไม้สองชั้นดับไฟมืด เด็กกำลังเล่นอยู่คนเดียวกลางสนามร้างตอนตีสอง...ถ้าไม่ใช่เพราะแพ้คำว่า **“พี่คนสวย”** ฉันคงไม่กล้าแถมเข้ามาเกาะประตู คุยกับเด็กคนนี้แน่ๆ

แหะ...แหะ...ฉันหัวเราะเสียงแห้งๆ ปล่อยมือจากประตูแล้วค่อยๆ ถอยหลังออกมา

เวลานี้ ขาฉันสั่นพับ พับๆ ๗ ไปหมด เร็วแรงจะยืนยังไม่มี

“พี่ครับ พี่คนสวย จะรีบไปไหน ผมเหงาจังเลย อยู่เล่นกับผมก่อนสิครับ” เสียงของเด็กยังเหมือนเดิม แต่ฉันรู้แล้วว่า มันไม่ได้ออกจากปาก เสียงคล้ายจะก้องมาจากรอบๆ ตัว

...น้องจำ...พี่ก็อยากเข้าไปเล่นเป็นเพื่อนอยู่หรอก...แต่ผู้หญิงสวยมักจะเป็นโรคแพ้นั่น แพ้ที่อยู่เป็นประจำ แล้วสาวสวยอย่างพี่ก็แพ้...เอ้อ...แพ้ผีนะคะ...

ฉันน่าจะตอบอย่างนั้น ถ้าไม่นึกอายนายแท็กซี่ที่ยืนกอดดอกอยู่ด้านหลัง

“น้อง...พ่อแม่ออยู่ไหนครับ ช่วยเรียกออกมาหาพี่หน่อย” ฉันสงสัยเหลือเกินว่าคนรูปหล่อ จะประสาทเสียเหมือนๆ กันหรือเปล่า...อยู่ดีไม่ว่าดี ดันให้ลูกไปเรียกพ่อแม่ออกมา...

“มีธุระอะไร” เสียงหัวดังก้องขึ้น

ฉันเหลียวจวนรอบตัว...ไม่มีอะไร...ไม่มีใคร...ส่วนนายแท็กซี่ปากหาเรื่องยังยืนกอดอกเฉย เหมือนไม่รู้สึกรู้สมอะไรด้วย

“รีบไปเถอะ” ฉันดึงแขนเขา

“ไม่ทันแล้วครับ” เขาตอบง่าย ๆ

ไม่ทันจริงๆ...

วู้...หวิว...รอบตัวเราสองคน ถูกสายลมแปลกๆ หมุนวนจนเกิดเป็นกำแพงล้อมรอบ ฟ้ามืดยิ่งกว่าเคยมืดทว่า...บ้านตรงหน้ากลับตั้งตระหง่าน กระจ่างชัดท่ามกลางความมอธการ

ฉันทำอะไรไม่ได้ นอกจากเข่าอ่อนทรุดลงไปกอดกับพื้น เบิกตามองบ้านหลังนั้นโดยไม่อาจหลบเลี่ยง

ท้องฟ้าหนาแน่นด้วยพยับเมฆดำ มันค่อยๆ ก่อตัวเป็นชั้นๆ ท่ามกลางสายฟ้าสีเงินที่แลบแปลบปลาบจากร่องระหว่างเมฆ เสียงเปรียะ เปรียะลั่น สั่นหุ

ชั้นเมฆค่อยๆ ลดระดับต่ำลงมาจนอยู่เหนือหลังคาบ้าน และแล้วมันก็คลี่คลาย ก่อรูปร่างเป็นใบหน้าขนาดมหึมาของชายคนหนึ่ง

“มึงเป็นใคร” ฉันเพิ่งรู้ว่าผีสมัยปัจจุบัน ยังใช้ภาษาสมัยพ่อขุนราม

“พ่อ...เขาเป็นเพื่อนหนูนะ” เจ้าตัวเล็กยืนจังก้ากลางสนาม

“ไอ้หนู เราไม่เกี่ยว ถอยไป” คราวนี้เป็นเสียงผู้หญิง แต่ฉันไม่ยักรู้ว่าดังมาจากไหน

“ลุกขึ้นเถอะคุณ” นายแท็กชี้ยื่นมือให้ คงรำคาญที่ฉันมัวแต่นั่งกองกับพื้นไม่ยอมลุกสักที

ฉันใช้เวลาเพียงไม่กี่วินาทีคว้ามือเขาไว้ แล้วลุกขึ้น ค่อยๆ ทำตัวอ่อนเหมือนไม่มีแรง หวังให้เขาประคอง แต่หนอยฉันกลับได้รับประกายยิบๆ ในดวงตาเขาแทน

อันที่จริงฉันตั้งใจเล่นบทพ่อแก่แม่เฒ่าอีกสักสองสามนาที แต่บรรยากาศรอบตัวไม่เป็นใจเสียเลย...ใครก็คงหวานแห้วกันไม่ออก ถ้ามีเมฆหน้าผิมาลอยอยู่ใกล้ๆ

“แม่” เสียงเจ้าตัวเล็ก คราวนี้ฉันรู้แล้วว่าเสียงผู้หญิงมาจากไหน

กำแพงบ้านเริ่มขยับเป็นริ้วคลื่น แล้วหมุนวนจนคล้ายกระแสน้ำและท่ามกลางกระแสนั้น ใบหน้าสตรีผู้หนึ่งก็โผล่ออกมา

“ลูก เข้าบ้านไป แม่จะคุยกับเขาเอง” คุณเคยเห็นกำแพงพูดได้ไหม เอาน่า ถ้าคุณเจอผีชี้เมฆได้ ถึงจะเจอผีอิฐ ผีกำแพงอีกก็คงไม่แปลก

“ผมไม่ไปหรอก พ่อกับแม่จะแกล้งเขา ผมไม่ยอมจริงๆ ด้วย” เด็กน้อยพืดพืด

“พ่อแม่ทำอะไรที่พ่อแม่ไม่ได้หรอก” นายแท็กชี้พูดเรียบๆ ฉันหันขวับ...อิตานีท่าจะบ้า สงสัยฉันต้องอยู่ห่างๆ เสียแล้ว...ถึงจะคิดอย่างนั้น มือฉันก็เกาะเขาแน่นยิ่งกว่าตุ๊กแก

“แนใจรี ฮะ ฮ่า” ใบหน้าในก้อนเมฆหัวเราะว่า

ฉับพลัน...

“เปรี้ยว” ฟาผ่าลงตรงหน้าเราสองคน *ครี๊ด ครีน...* พยับเมฆแตกตัวเป็นแผ่นๆ พุ่งมาโอบล้อมเราไว้ มันพยายามบีบล้อมเข้ามาพร้อมๆ กับกำแพงลม

ฝุ่นทราย เศษใบไม้ ก้อนหินปลิวว่อน จะโดยรู้ตัวหรือไม่ก็ตาม ฉันหันหน้าซุกกับอกและกอดเขาแน่น อยากจะแกล้งทำตัวสั้นให้น่าสงสาร แต่ความกลัวทำให้ร่างขาด้าน ดัดจริตไม่ออก

“ไม่ต้องกลัว ไม่มีอะไรหรอก” เสียงนุ่มๆ กระซิบริมหู ทำให้ใจฉันขึ้นเป็นกอง

เสียงหัวเราะกึกก้อง ดังมาอีกเป็นคำรบสอง กำแพงบ้านระเบิดตูมสนั่น สะเก็ดก้อนของมันพุ่งเข้ามาหาเรา ราวกับห่าฝน ฉันได้ยินนายแท็กชี้พึมพำด้วยคำพูดแปลกๆ สองสามคำ แล้วฉันก็แว่วเสียงดังซู่ ซู่ โอบคลุมร่างของเรา สะเก็ดก้อนกำแพงที่พุ่งเข้าใส่เราเป็นเหมือนภาพลวงตา ที่กระทบร่างแล้วจางหาย ฉันสัมผัสเพียงลมแรงตาโถมใส่ร่างอย่างไม่หยุดยั้ง ทั้งเสื้อผ้า เส้นผมฉันต่างปลิวพะเยิบราวกับเต็นท์ระบำ

“หยุดเสียเถอะ” เสียงของเจ้าหนูเหมือนเป็นคำสั่งห้ามทัพ

บรรยากาศกลับสู่ความเงียบสงบดังเดิม

“พ่อกับแม่ทำอย่างนี้ทำไม” เจ้าหนูพูด

“พวกเขาจะมาพรากเราไปจากที่นี่ ลูกยอมหรือ” พ่อตอบ

“แต่พ่อไม่ต้องทำอันตรายกับเขาก็ได้นี่”

“แต่ไล่พวกเขาไปเท่านั้นลูก จะได้ไม่มีใครมารบกวนพวกเราไงจ๊ะ” แม่ช่วยพูด

ไต่ยีนผีเถียงกันอยู่อย่างนี้ ฉันค่อยมีสติขึ้นมาหน่อย อันที่จริงก็รู้ตัวนานแล้ว แต่อยากแกล้งกอดหนุ่มหล่อให้นานกว่านี้เท่านั้นเอง แต่เอาเถอะ บรรยากาศดีมากหมดแล้ว ขึ้นยังกอดเขาอยู่ เดี่ยวโดนจับได้ได้

“อิตาบ้า ถ้าไม่หนีตอนนี้ จะให้หนีตอนไหน” ฉันเงยหน้าทำเสียงแข็งกลบเกลื่อนเจตนาตนเอง

“ไม่ต้องห่วงหรอกครับ” เขาย้ำประโยคเดิม “ไหนๆ คุณก็หลวมตัวมากับผมแล้ว ก็ต้องอยู่ดูจนจบนั่นแหละ”

ฉันชะงักกับคำพูดแปลกๆ ของเขา ที่จริงมันก็แปลกแต่แรกแล้วละ คนอะไรไม่กลัวผี ไม่กลัวอิทธิฤทธิ์ผี แถมยังเรียกมาคุยหน้าตาเฉย

เขาปลดมือฉันออก แล้วเดินตรงไปยังประตูบ้าน

“เรามาพูดกันอย่างธรรมดาจะได้ไหม” เสียงเขาดังและหนักแน่น

(อ่านตอนต่อไปฉบับหน้า...)

คิน "หนาว" ของสาวสวย เป็นเรื่องสั้นที่ได้รับการรวมเล่มในหนังสือรวมเรื่องสั้นเร้นลับ “ลางมายา” โดยชลนิล

## ๓๓๓ คณะทำงาน

---

ที่ปรึกษานิตยสาร และผู้จัดประกาย: ศรีนัย ไม่ตรีเวช

จากใจ บ.ก. ไกลตัว

**Head:** เยาวลักษณ์ เกิดปราโมทย์

ทีมงาน ๑: สิทธิพันธ์ ชนะรัตน์

ทีมงาน ๒: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๓: ชวนพ วิทยาภิรักษ์

**คอลัมน์ ธรรมะจากพระผู้รู้**

**Head:** ชรินทร์ อารีหนู

ทีมงาน ๑: ปิยมงคล โชติกเสถียร

ทีมงาน ๒: สิทธิพันธ์ ชนะรัตน์

ทีมงาน ๓: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๔: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

ทีมงาน ๕: วรางคณา บุตรดี

**คอลัมน์ ก่อนเกิดเป็นดังตฤณ**

**Head:** สิทธิพันธ์ ชนะรัตน์

ทีมงาน ๑: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๒: ชวนพ วิทยาภิรักษ์

ทีมงาน ๓: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

ทีมงาน ๔: เกสรา เต็มสินวาณิช

**คอลัมน์ โหรา (ไม่) คาใจ**

**Head:** จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

ทีมงาน ๑: ปิยมงคล โชติกเสถียร

ทีมงาน ๒: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๓: ชวนพ วิทยาภิรักษ์

ทีมงาน ๔: กิษรา รัตนกริต

### คอลัมน์ สัพเพเหระธรรม

**Head:** ชนินทร์ อารีหนู

ทีมงาน ๑: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๒: จรรยาณี วิสุทธิกุลพาณิชย์

### คอลัมน์ รูปชวนคิด

**Head:** รวิษฎา ดวงมณี

ทีมงาน ๑: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

ทีมงาน ๒: สารินี สาณะเสน

ทีมงาน ๓: สุจินต์ อธิพงศ์เมธี

ทีมงาน ๔: จิรณัทย์ วิมุตติสุข

ทีมงาน ๕: ชโนภา อมรเวชรัตน์

ทีมงาน ๖: ตรัง สุวรรณศิลป์

### คอลัมน์ คำคมชวนคิด และ กวีธรรม

**Head:** ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๑: ปรียาภรณ์ เจริญบุตร

ทีมงาน ๒: เกสรา เต็มสินวาณิช

ทีมงาน ๓: ชวนพ วิทยาภิรักษ์

ทีมงาน ๔: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

ทีมงาน ๕: จรรยาณี วิสุทธิกุลพาณิชย์

### คอลัมน์ ของฝากจากหมอ

**Head:** พริม ทัพวงศ์

ทีมงาน ๑: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

ทีมงาน ๒: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๓: วรางคณา บุตรดี

ทีมงาน ๔: เกสรา เต็มสินวาณิช

ทีมงาน ๕: นิธิย์ ตั้งประเสริฐ

### คอลัมน์ เรื่องสั้นอิงธรรมะ

**Head:** จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

ที่ปรึกษาคอลัมน์: สุปราณี วง

ทีมงาน ๑: กิษรา รัตนภิรัต

ทีมงาน ๒: ปรียาภรณ์ เจริญบุตร

ทีมงาน ๓: ญัฐธีรา ปนิทานเต

ทีมงาน ๔: ญัฐพร สกุลอุทัยศักดิ์

ทีมงาน ๕: วิบุรณศักดิ์ ใจภักดี

### คอลัมน์ ธรรมะจากคนสู้กิเลส

**Head:** ญัฐธีรา ปนิทานเต

ทีมงาน ๑: มยุรฉัตร พงษ์ผาตินันท์

ทีมงาน ๒: วิบุรณศักดิ์ ใจภักดี

### คอลัมน์ พาเที่ยว เอื้อยธรรม

**Head:** เกสรา เต็มสินวาณิช

ทีมงาน ๑: พรหม ท้าววงศ์

ทีมงาน ๒: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

ทีมงาน ๓: อัจฉนา ผลานุวัตร

ทีมงาน ๔: สาริณี สาณะเสน

ทีมงาน ๕: สาโรช วิเศษนิมิตชัย

ทีมงาน ๖: จรรยาณี วิสุทธิกุลพาณิชย์

ทีมงาน ๗: สุนิสา ปัญจมะวัต

ทีมงาน ๘: บุรินทร์ เจริญผล

### คอลัมน์ แง่คิดจากหนัง

**Head:** เกสรา เต็มสินวาณิช

ทีมงาน ๑: พรหม ท้าววงศ์



ทีมงาน ๒: ศิราภรณ์ อภิรัฐ  
ทีมงาน ๓: อัจฉนา ผลานวัตร  
ทีมงาน ๔: สาริณี สาณะเสน  
ทีมงาน ๕: สาโรช วิเศษนิมิตชัย  
ทีมงาน ๖: จรรยาณี วิสุทธิกุลพาณิชย์  
ทีมงาน ๗: สุนิสา ปัญจมะวัต  
ทีมงาน ๘: บุรินทร์ เจริญผล  
ทีมงาน ๙: ธงชัย วรฤศโสภณ

### คอลัมน์ ธรรมะกับไลฟ์สไตล์

**Head: สิทธิพันธ์ ชนะรัตน์**

ทีมงาน ๑: ศิราภรณ์ อภิรัฐ  
ทีมงาน ๒: ศศิธร ศิวนันทาภรณ์  
ทีมงาน ๓: สุกินต์ อธิพงศ์เมธี

### ทีมจัดทำนิตยสารฉบับไฟล์เสียง

พิมลจิตต์ ธรรมสารสุนทร  
พงศ์เพชร อมรสิทธิ์  
อนุสรณ์ ตรีโสภา  
ศิราภรณ์ อภิรัฐ  
ปรียาภรณ์ เจริญบุตร  
เมธี ตั้งตรงจิตร  
สมกมล ประภาสโกศลกุล  
วรรณรัตน์ พระรักษา  
จิรณัทย์วิมุตติสุข  
พัฒนเดช กอวัฒนา  
ชโนภา อมรเวชรัตน์  
ตรัง สุวรรณศิลป์  
เบญจพร บุญชยาอนันต์  
สุนิสา ปัญจมะวัต  
ภัทราวดี จันท์เหล่าหลวง

วิรัชรอง ทัพพะรังสี  
บุรินทร์ เจริญผล  
คัมภีร์ คงวัน  
พีรยสทธิ์ อุบลวัตร  
จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ  
พราวพรรณราย มัลลิกะมัลย์ ทองเลี่ยมนาค  
อานันตพร จินดา  
วรสิริ จันท์กระจำง  
กฤตานน กุลจิตติสุธีพร

### ทีมรูปเล่มฉบับ PDF

**Head:** บุญยศศักดิ์ ชีรวงศ์กิจ  
ทีมงาน ๑: เกียรติภูมิ จารุเสน

### ทีมรูปเล่มฉบับ MS Word

**Head:** ชัญญา พันธจารุณี  
ทีมงาน ๑: พีรยสทธิ์ อุบลวัตร  
ทีมงาน ๒: โสภิต ตันยานนท์

### ทีมจัดทำภาพปกนิตยสาร

**Head:** กวิน จัตรานนท์

### ทีมงานข่าว

ศดานัน จารุพูนผล  
อลิสา จัตรานนท์  
อาบทิพย์ ชีรวงศ์กิจ  
กนกเรขา กฤษฏารักษ์  
และทีมงานอาสาท่านอื่น ๆ อีกจำนวนมาก